

***PARENT-CHILD GAMES UNTUK MENGURANGI  
SMARTPHONE ADDICTION PADA ANAK USIA 8-10 TAHUN***

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**Azalia Putri Ramanda**

**201410230311323**

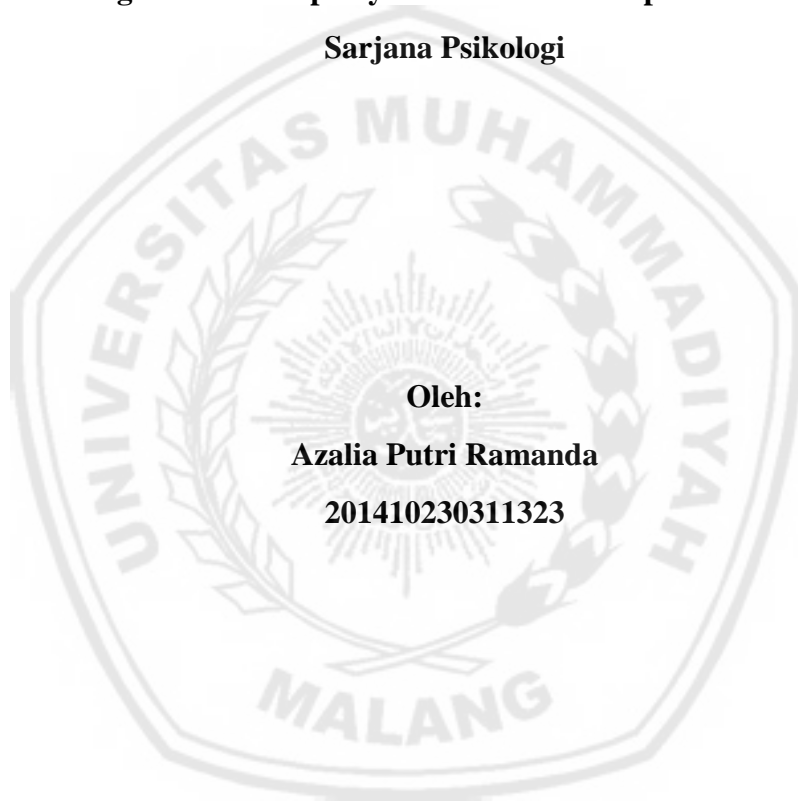
**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**2018**

***PARENT-CHILD GAMES UNTUK MENGURANGI  
SMARTPHONE ADDICTION PADA ANAK USIA 8-10 TAHUN***

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Universitas Muhammadiyah Malang  
sebagai salah satu persyaratan untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Psikologi**



**Oleh:  
Azalia Putri Ramanda  
201410230311323**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**2018**

## LEMBAR PENGESAHAN

1. Judul Skripsi : *Parent-Child Games* untuk Mengurangi *Smartphone Addiction* pada Anak Usia 8-10 Tahun
2. Nama Peneliti : Azalia Putri Ramanda
3. NIM : 201410230311323
4. Fakultas : Psikologi
5. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang
6. Waktu Penelitian : 20 Januari 2018 s.d. 27 Januari 2018

Skripsi ini telah diuji oleh dewan penguji pada tanggal 3 Februari 2018

Dewan Penguji

Ketua Penguji : Dr. Iswinarti, M. Si.

Anggota Penguji : 1. Uun Zulfiana., S. Psi., M. Psi.  
2. Dr. Diah Karmiyati., M. Si.  
3. Zainul Anwar, S. Psi., M. Psi.

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Iswinarti., M. Si.

Uun Zulfiana., S. Psi., M. Psi.

Malang, \_\_\_\_\_

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

M. Salis Yuniardi, M.Psi, Ph.D.

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Azalia Putri Ramanda  
NIM : 201410230311323  
Fakultas / jurusan : Psikologi  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/ karya ilmiah yang berjudul :

*Parent-Child Games* untuk Mengurangi *Smartphone Addiction* pada Anak Usia 8-10 Tahun

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil tulisan karya ilmiah / skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan Hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapatkan sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang, 29 Januari 2018

Mengetahui  
Ketua Program Studi

Yang menyatakan

Siti Maimunah, S. Psi., MM., MA.

Azalia Putri Ramanda

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Parent-Child Games* untuk Mengurangi *Smartphone Addiction* pada Anak Usia 8-10 Tahun”, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis tidak terlepas dari bantuan dan motivasi dari berbagai pihak yang turut mendukung tersusunnya skripsi ini, oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. M. Salis Yuniardi, M.Psi, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Susanti Prasetyaningrum, M.Psi selaku dosen wali yang telah memberikan motivasi, asuhan, dan bimbingan sejak awal perkuliahan hingga selesainya skripsi ini.
3. Dr Iswinarti M, Si dan Uun Zulfiana M. Psi selaku pembimbing I dan II yang telah meluangkan waktu dan arahan yang sangat berharga dalam memberikan bimbingan mulai dari awal pembuatan skripsi hingga sampai akhir penyusunan skripsi ini.
4. Kepada seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat.
5. Warga Kelurahan Jatimulyo RW 4 dan SDN Jatimulyo 1. Terima kasih kepada Bapak Kriswanto selaku Ketua RW 4 yang sudah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian dan terima kasih kepada adik-adik, serta orangtua yang sudah berpartisipasi menjadi subjek penelitian dan memberikan semangat kepada penulis agar selalu lancar penelitiannya.
6. Ayah dan Ibu, Bapak Azhari dan Ibu Helnita Fariyanti yang selalu mendoakan penulis, mendengarkan keluh kesah selama pembuat skripsi, pemberi motivasi yang paling kuat, serta dorongan moril materil untuk penulis hingga sampai menyelesaikan skripsi ini.
7. Kakak dan Adikku, Zahra Indira Putri dan Muhammad Ihsan. Terima kasih sudah mendengarkan keluh kesah penulis, memberikan semangat, doa, dan motivasi untuk cepat menyelesaikan skripsi.
8. Teman skripsiku Okta Candra dan teman aplikasi mayor Ria Fatma, A'inindya Naufi, dan Farid. Terima kasih sudah membantu dalam persiapan kegiatan dan pelaksanaan intervensi selama penelitian. Teman-teman lainnya, Chindy Caesari, Tien Yulfiana, teman-teman KKN 92 UMM : Sri Uthari, Ema Rizka, Astrida Bidhari, Hilda Rifada Reda Haditemata, Teman dekatku, Afif Fauzi, Ryandanu Aldy, Nabil Abietama. Terima kasih telah mengisi cerita kehidupanku dan memberikan semangat

selama proses menuju skripsi, saat skripsi, hingga akhir penyusunan skripsi.

9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah banyak memberikan bantuan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini

Penulis menyadari bahwa tiada satupun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan skripsi ini sangat diharapkan oleh penulis. Meski demikian, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis secara khusus, dan bagi pembaca pada umumnya.

Malang, 29 Januari 2018

Penulis

Azalia Putri Ramanda



## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
ABSTRAK.....	
PENDAHULUAN.....	
LANDASAN TEORI.....	
Kecanduan <i>smartphone</i> .....	5
<i>Parent-Child Games</i> .....	6
Kanak-kanak pertengahan dan akhir .....	7
<i>Parent-Child Games, Smartphone Addiction, dan Anak Usia 8-10 Tahun</i> .....	7
METODE PENELITIAN .....	8
Rancangan Penelitian .....	8
Subjek Penelitian .....	9
Variabel dan Instrumen Penelitian .....	9
Prosedur dan Analisa Data Penelitian .....	9
HASIL PENELITIAN.....	10
DISKUSI.....	13
SIMPULAN DAN IMPLIKASI .....	15
REFERENSI .....	16
LAMPIRAN.....	19

## DAFTAR TABEL

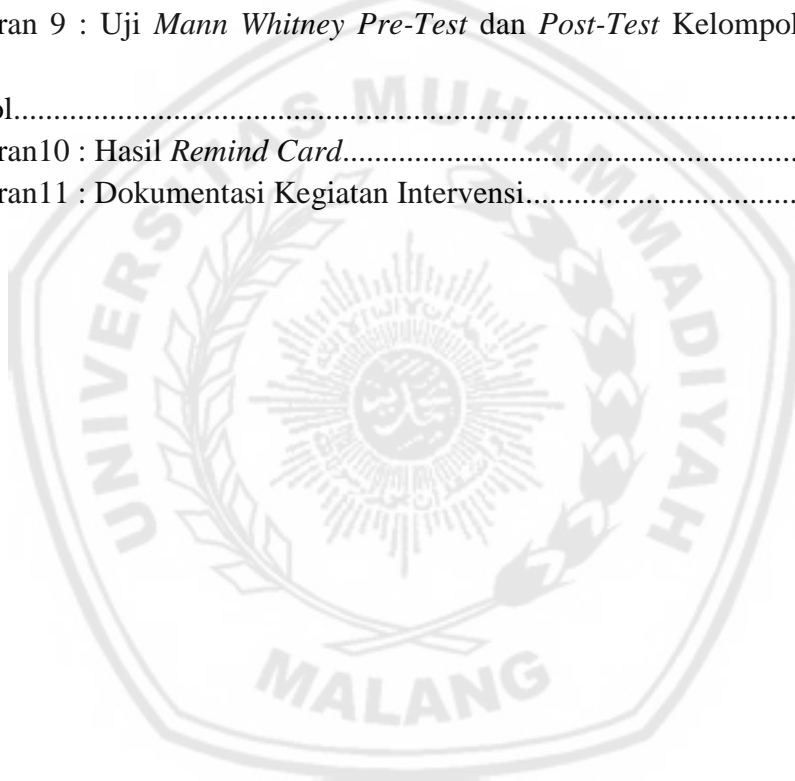
Tabel 1. Rancangan Penelitian.....	8
Tabel 2. Karakteristik Subjek Penelitian.....	10
Tabel 3. Deskriptif Uji <i>Mann Whitney</i> Data <i>Pre-Test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	10
Tabel 4. Deskriptif Uji <i>Wilcoxon</i> Data <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	11
Diagram 1. Skor <i>Smartphone Addiction Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kelompok Eksperimen.....	11
Diagram 2. Skor <i>Smartphone Addiction Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kelompok Kontrol.....	12
Tabel 5. Deskriptif Uji <i>Mann Whitney Pre-Test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	12





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Modul Kegiatan Intervensi.....	19
Lampiran 2 : <i>Informed Concern</i> .....	44
Lampiran 3 : <i>Smartphone Addiction Scale (SAS)</i> yang Digunakan Peneliti.....	45
Lampiran 4 : Hasil <i>Tryout</i> Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Smartphone Addiction</i> .....	49
Lampiran 5 : Hasil <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kelompok Kontrol.....	53
Lampiran 6 : Uji <i>Mann Whitney Pre-Test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	56
Lampiran 7 : Uji <i>Wilcoxon</i> Kelompok Eksperimen.....	56
Lampiran 8 : Uji <i>Wilcoxon</i> Kelompok Kontrol.....	57
Lampiran 9 : Uji <i>Mann Whitney Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	Kelompok 57
Lampiran10 : Hasil <i>Remind Card</i> .....	58
Lampiran11 : Dokumentasi Kegiatan Intervensi.....	58



# **PARENT-CHILD GAMES UNTUK MENGURANGI SMARTPHONE ADDICTION PADA ANAK USIA 8-10 TAHUN**

**Azalia Putri Ramanda**

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

[azaliaputriramanda02@gmail.com](mailto:azaliaputriramanda02@gmail.com)

*Smartphone addiction* saat ini tidak hanya melanda kalangan orang dewasa, tetapi sudah melanda kalangan anak-anak, khususnya anak sekolah dasar. *Parent-child games* adalah metode permainan yang melibatkan keterlibatan orangtua, anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah *parent-child games* dapat mengurangi *smartphone addiction* pada anak usia 8-10 tahun. Penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan menggunakan desain *control group pre-test post-test*. Instrumen yang digunakan adalah *Smartphone Addiction Scale* (SAS). Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skor *smartphone addiction* ( $Z = -3,785$ ;  $p = 0,000 < 0,05$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *parent-child games* dapat digunakan untuk mengurangi *smartphone addiction*.

Kata kunci: *Parent-child games*, *smartphone addiction*, anak usia 8-10 tahun.

*Nowadays, smartphone addiction is not only happening among adults but also for the children especially for elementary school children. Parent-child games are the method that involves parents and children to play games together. This study aims to find out whether parent child games can reduce smartphone addiction for children aged 8-10 years. This research approaches using pre-test and post-test control group design. This experimental research applies Smartphone Addiction Scale (SAS) as the instrument. The result showed that there is a decreasing in smartphone addiction scale score after applying parent-child games. Thus, it can be concluded that parent-child games can be used to reduce smartphone addiction on children.*

Keywords: *Parent-child games*, *smartphone addiction*, *children aged 8-10 years*.

Perkembangan zaman di bidang ilmu teknologi pada abad ke-21 semakin berkembang pesat. Penggunaan *gadget* tidak hanya digunakan oleh orang dewasa saja, tetapi anak-anak pun juga memiliki ketertarikan yang sama seperti orang dewasa. Hasil penelitian di Malaysia terdapat 77 persen anak-anak menggunakan *gadget* di rumah bersama keluarga, baik pada akhir pekan dan waktu bermain bersama keluarga; 15 persen menyatakan bahwa orangtua memberikan *gadget* kepada anak-anak mereka sebelum usia 12 tahun. Penggunaan *gadget* tersebut di prediksi akan terus meningkat tiap harinya dalam jumlah maupun intensitas penggunaan dalam sehari. Intensitas penggunaan yang berlebihan dapat diindikasikan adanya kecanduan penggunaan *gadget* (Fadzil, Abdullah, & Salleh, 2016). Berdasarkan penelitian terkini, aktivitas berbasis internet, seperti bermain *game*, *chatting*, dan pornografi telah menunjukkan tingkat kecanduan yang sama dengan penyalahgunaan obat dan zat. Internet juga lebih mudah diakses melalui *smartphone*. Kemampuan *mobile* dan internet yang canggih juga dapat memiliki efek kecanduan bagi penggunanya. Karakteristik kecanduan, yaitu toleransi, penarikan, kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari, atau gangguan kontrol impuls (Kwon, Kim, Cho, & Yang, 2013). Kecanduan *smartphone* dapat memberikan efek fisik dan mental. Di kalangan anak-anak kecanduan *smartphone* dapat menurunkan fungsi otak kanan, yaitu pada fungsi lobus frontal di otak yang berkaitan dengan kemampuan berpikir, menilai, dan konsentrasi, sehingga perkembangan otak normal menjadi terhambat (Park & Park, 2014).

Pada lingkup studi kawasan Asia Tenggara yang melibatkan 2.417 orang tua yang memiliki *gadget* dan anak dengan usia 3–8 tahun pada 5 negara yakni Singapura, Thailand, Philipina, Malaysia dan Indonesia. Dari 98 persen responden anak-anak usia 3-8 tahun pengguna *gadget* yang diantaranya 67 persen menggunakan *gadget* milik orang tua mereka, 18 persen lainnya menggunakan *gadget* milik saudara atau keluarga, dan 14 persen sisanya menggunakan *gadget* milik sendiri. Hasil survei mengungkapkan bahwa 98 persen responden anak-anak di Asia Tenggara menggunakan *gadget* atau perangkat seluler (*mobile device*). Penggunaan *gadget* oleh anak-anak kebanyakan digunakan sebagai media atau alat bermain, yakni untuk memainkan aplikasi permainan (Samsung Kidstime, 2014). Anak-anak yang berada pada lingkungan sosial dan keluarga yang cenderung kecanduan *gadget*, mereka akan lebih besar kemungkinan kecanduan karena melihat dan mengikuti keadaan lingkungan (Sharma, 2012).

Menurut data survei Samsung Kidstime (2014), persentase kekhawatiran terbesar orangtua terhadap penggunaan *gadget* pada kesehatan anak-anak sebesar 92 persen, kecanduan pada *gadget* 90 persen, dan akses untuk konten yang tidak pantas sebesar 88 persen. Selain itu, ada hal lain yang orangtua perhitungkan, seperti memperhatikan tagihan telepon yang tinggi sebesar 67 persen dan memperhatikan kerusakan pada *gadget* sebesar 60 persen. Tingkat kekhawatiran pada setiap negara berbeda. Di Thailand persentase kesehatan anak merupakan kekhawatiran terbesar, yaitu 99 persen, persentase kecanduan pada *gadget* di Singapura sebesar 94 persen dan presentase aksen konten yang tidak pantas di Indonesia sebesar 95 persen. Indonesia memimpin 63 persen, Chili 49 persen, Mesir 47 persen, Jepang 44 persen, dan India 36 persen. Di semua negara kecuali Jepang, penggunaan layanan jejaring sosial pada anak-anak melebihi penggunaan ponsel pada orangtua. Kesenjangan terbesar antara anak-anak dan

orangtua adalah di Indonesia dan di India, dimana penggunaan ponsel pada orangtua kurang dari 11 persen, sedangkan penggunaan ponsel pada anak adalah 63 persen (GSMA (Global System for Mobile Communications Association) and (NTT) Nippon Telegraph and Telephone Docomo, 2012).

Orangtua sering mengeluhkan bahwa anak-anak mereka semakin kecanduan terhadap *gadget*, seperti bermain *game* secara berlebihan dan menonton televisi sepanjang hari. Dari segi komunikasi, situs jejaring sosial pun sebagian besar lebih digemari dibandingkan komunikasi secara langsung (Bhattacharrya, 2015). Sebagian orang tua juga memiliki pandangan negatif terhadap peranan teknologi bagi anak-anak mereka. Orangtua tahu bahwa menghabiskan terlalu banyak waktu dengan menggunakan *gadget* merupakan bentuk pengalih perhatian anak dari padatnya jam belajar di sekolah dan ini juga menyebabkan kegiatan fisik anak berkurang (De Lima & Castronuevo, 2016). Hal yang sama juga sesuai dengan penelitian Martin (2011) bahwa anak-anak dan remaja yang menghabiskan waktu menonton televisi yang berlebihan, bermain *game* elektronik, menggunakan komputer atau menggunakan layar secara berlebihan akan berdampak pada menurunnya kesehatan fisik karena kurangnya aktivitas fisik dan mengakibatkan obesitas; mengalami masalah kesehatan mental dan sosial, seperti merasa cemas, berkurangnya interaksi antara orangtua dan saudara, dan kecanduan penggunaan internet; mengalami masalah dari segi perilaku dan akademik, seperti kurangnya konsentrasi, kurangnya waktu membaca, menurunnya prestasi akademik, dan meningkatkan perilaku agresi.

Sikap orangtua terhadap pemakaian *gadget* juga mempengaruhi perilaku anak. Orangtua yang membiarkan anak-anak mereka menggunakan *gadget*, maka kecanduan *gadget* pada anak akan lebih tinggi dibandingkan orangtua yang tidak membiarkan anak begitu saja dan tetap dalam kontrol orangtua (Park & Park, 2014). Peran orangtua seperti melakukan aktivitas bermain bersama dengan anak dan menjelaskan bahaya penggunaan *gadget* berlebihan cenderung dapat mengurangi anak dalam menatap layar *gadget* secara berlebihan (Livingstone, Mascheroni, Dreier, Chaudron, & Lagae, 2015).

Masa anak-anak sekolah dasar termasuk dalam masa kanak-kanak pertengahan dan akhir dimana pada masa ini mereka aktif. Aktivitas fisik pada masa anak-anak merupakan sesuatu yang esensial bagi mereka agar dapat memperhalus keterampilan mereka. Keterampilan fisik yang dapat dikuasai anak sekolah dasar meliputi, berlari, memanjat, melompat tali, berenang, mengendarai sepeda, dan bermain sepatu roda. Dengan demikian, aktivitas fisik seperti berolahraga ini berperan penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak-anak (Santrock, 2012). Menurut Bates (2006), aktivitas fisik selama masa kanak-kanak dan remaja memberikan fungsi penting bagi perkembangan fisik mereka. Manfaat dari aktivitas fisik adalah mengurangi resiko obesitas, penyakit kardiovaskular, diabetes, dan osteoporosis. Selain itu, aktivitas fisik juga dapat meningkatkan kinerja akademik dan psikososial anak. Pada masa kanak-kanak asupan dan energi anak memiliki hubungan yang erat karena asupan makanan digunakan anak untuk energi, sehingga energi yang dikeluarkan dapat digunakan untuk aktivitas fisik mereka.

Anak berkembang dengan cara bermain. Bermain dapat menggunakan alat (mainan) ataupun hanya sekedar berlari-lari keliling di dalam ruangan. Dunia anak adalah dunia bermain. Anak-anak dapat menggunakan otot tubuhnya, menstimulasi indra-indra tubuhnya, mengeksplorasi dunia sekitarnya dan lewat bermain, fisik anak akan terlatih, kemampuan kognitif anak dapat berkembang, serta kemampuan interaksi sosial dengan orang lain juga akan berkembang (Siswanto & Lestari, 2012). Terapi bermain dapat memfasilitasi anak untuk membantu pengembangan motorik kasar, mendorong verbalisasi, dan manfaat lainnya. Terapi bermain dengan melibatkan orangtua terbukti sangat efektif karena beberapa pendekatan yang berbeda bergantung pada kekuatan hubungan orangtua dengan anak (Homeyer & Morrison, 2008). Menurut Lowenstein (2011), mendeskripsikan bahwa terapi bermain merupakan aktifitas terapi terfavorit dalam penanganan terhadap anak, dewasa, dan keluarga.

Menurut Nawangsari (2016), permainan tradisional adalah cara alternatif yang efektif dalam penanganan anak dengan adiksi *gadget* yang tinggi. Dari permainan ini, anak melakukan aktivitas fisik yang dapat mengurangi permasalahan pada kesehatan tubuh. Permainan tradisional sangat baik untuk diterapkan pada anak-anak sejak usia dini yaitu pada usia sekolah dasar karena pada usia tersebut perkembangan anak dapat dikembangkan melalui permainan tradisional. Pada zaman sekarang, anak lebih bersifat egoisme tinggi, susah mengendalikan emosi, dan susah bersosialisasi. Mereka sepanjang hari hanya menatap *gadget* saja, bahkan ketika bermain diluar rumah pun mereka menggunakan *gadget*. Oleh karena itu, permainan tradisional sangatlah penting dikembangkan dan dikenalkan pada anak usia sekolah dasar. Permainan Konvensional adalah macam permainan yang telah memiliki tempat tersendiri di masyarakat sebagai fasilitas hiburan sehingga permainan ini adalah permainan lama yang melibatkan aktivitas bersama-sama.

Metode sebelumnya yang dapat digunakan untuk menangani permasalahan *addiction* pada remaja, yaitu dengan menggunakan pendekatan (*Cognitive Behavioral Therapy* = CBT), yang berasal dari terapi yang diterapkan pada kecanduan alkohol dan penyalahgunaan zat, tampaknya merupakan metode yang efektif untuk mengobati kecanduan internet. *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) memberikan langkah demi langkah untuk menghentikan perilaku internet kompulsif dan mengubah persepsi mengenai internet, *smartphone* dan komputer (Khazaal et al., 2012). Sedangkan metode yang dapat digunakan untuk menangani *smartphone addiction* pada anak-anak adalah dengan *training* bermain pura-pura. Hasil penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa anak yang diberikan perlakuan berupa *training* bermain pura-pura dapat membantu anak dalam mencari alternatif kegiatan yang berhubungan dengan fisik tidak hanya dengan bermain *smartphone* pada saat memiliki waktu luang (Sherlyana, 2017).

Bermain bersama orangtua dan anak akan memperkuat kelekatan diantara mereka. Manfaat yang didapatkan dari anak bermain dengan orangtua adalah dapat meningkatkan kemampuan keterampilan komunikasi, interaksi dan kepekaannya terhadap lingkungannya. Maka dari itu bermain adalah salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk memperkuat kelekatan antara orangtua dan anak bahkan

membantu anak yang sedang mengalami gangguan secara psikologis (Roggman, 1986).

Berdasarkan uraian diatas, dapat dirumuskan masalah yang akan diangkat dalam penelitian ini berupa apakah dengan menggunakan *parent-child games* dapat mengurangi *smartphone addiction* pada anak usia 8-10 tahun. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui metode *parent-child games* dapat mengurangi *smartphone addiction* pada anak usia 8-10 tahun dan memberikan kontribusi psikologi pada masyarakat umum, khususnya di dalam lingkup komunitas dalam upaya preventif. Manfaat penelitian yaitu untuk memberikan usulan model intervensi pada zaman digital ini khususnya untuk orangtua dalam menangani penggunaan *smartphone addiction* pada anak sekolah dasar.

### **Kecanduan *smartphone***

Kecanduan atau *addiction* adalah sebuah ketergantungan yang berlebihan dilihat dari sisi psikologis atau fisiologis individu terhadap obat atau zat kimia tertentu. Istilah kecanduan (*addiction*) biasanya digunakan dalam bidang klinis dan dilihat sebagai perilaku berlebihan. Kecanduan (*addiction*) awalnya hanya digunakan sebagai penjelas terhadap ketergantungan fisiologis ketika obat mengubah biokimia tubuh organisme, sehingga mendorong peningkatan dosis bagi pemakainya (Matsumoto, 2009). Konsep kecanduan masih dianggap jelas bahkan semakin meluas termasuk pada perilaku. Selain itu, kecanduan dapat diartikan sebagai kondisi terikat dan suatu kebiasaan yang sangat kuat hingga sulit untuk menghindari dari keadaan tersebut, sehingga individu kurang mampu mengendalikan dirinya sendiri.

Pengertian *smartphone* adalah alat komunikasi canggih berupa telepon genggam yang memiliki kemampuan tingkat tinggi hampir menyerupai fungsi komputer. Fungsi *smartphone* sudah mulai berevolusi, tidak hanya digunakan untuk alat komunikasi, tetapi *smartphone* sudah memiliki beberapa fitur modern, seperti *media player*, kamera, alat navigasi GPS, mengirim dan menerima email, dapat sebagai media penjelajah *web browser*, baik dengan mengaktifkan data seluler maupun menggunakan Wi-Fi (Kwon et al., 2013). Kecanduan *smartphone* diartikan sebagai hilangnya daya kontrol, menjadi lebih obsesif, adanya permasalahan secara interpersonal, kurangnya sikap toleransi, adanya gejala dari penarikan diri, sehingga menjadi ketergantungan terhadap *smartphone* (Park & Park, 2014).

Tanda-tanda kecanduan yang muncul memang hampir sama dengan kecanduan internet. Aspek-aspek kecanduan menurut Young (1998) yaitu (1) selalu memikirkan untuk segera melakukan *online*, (2) memiliki keinginan menggunakan internet dalam waktu yang lama untuk mendapatkan kepuasan, (3) kurangnya kontrol diri dalam mengontrol, mengurangi, ataupun menghentikan penggunaan internet, (4) sering merasa murung dan gelisah, (5) *online* lebih lama dari waktu yang diharapkan, (6) lebih memilih menggunakan internet dibandingkan menjalin relasi, (7) memilih berbohong untuk menutupi tingkat penggunaan internet, dan (8) menggunakan internet sebagai wadah untuk melarikan diri dari gangguan *mood* dan masalah (seperti memiliki perasaan bersalah, depresi, dan tidak berdaya). Aspek-aspek kecanduan dari Young kemudian dikembangkan kembali oleh (Kwon et al., 2013) menjadi aspek-aspek

terhadap kecanduan *smartphone* yang dirangkum pada kuesioner melalui *self-report* yang terdiri dari enam aspek, yaitu (1) gangguan kehidupan sehari-hari, (2) antisipasi positif berupa perasaan senang dan bahagia ketika memegang dan menggunakan *smartphone*, (3) kecenderungan menarik diri dari kehidupan sosial, (4) memiliki orientasi terhadap dunia maya, (5) penggunaan *smartphone* berlebih, dan (6) kurangnya sikap toleransi.

Ciri-ciri anak yang mengalami kecanduan *smartphone* menurut Wulansari (2017), yaitu : (1) penggunaan *smartphone* secara terus-menerus dan disertai kurangnya minat untuk bersosialisasi, (2) menghabiskan waktu lebih dari 2 jam untuk menggunakan *smartphone*, (3) melakukan protes atas segala pembatasan dan aturan menggunakan *smartphone*, (4) selalu meminta diberikan *smartphone*. Jika tidak diberi, maka anak akan mengamuk, (5) tidak mau terlalu lama beraktivitas diluar rumah, misalnya: minta pulang lebih cepat agar bisa bermain *game* dirumah, dan (6) menolak melakukan rutinitas sehari-hari dan lebih memilih bermain *smartphone*, seperti tidak mau disuruh orangtua untuk mandi atau tidur.

### ***Parent-Child Games***

Pengertian bermain pada anak, yaitu (1) sesuatu hal yang menyenangkan dan mempunyai nilai instrinsik pada anak, (2) tidak memiliki tujuan ekstrinsik dan motivasinya lebih bersifat intrinsik, (3) bersifat sukarela dan spontan, (4) kegiatan yang erat kaitannya dengan kreativitas, pemecahan masalah, belajar bahasa, dan perkembangan sosial. Bermain dapat menggunakan alat (mainan) ataupun hanya sekedar berlari-lari keliling di dalam ruangan (Siswanto & Lestari, 2012).

Menurut Santoso (2014), aspek keluarga yang penting di dalam sosialisasi bagi anak adalah : (1) *Relation between parent*/hubungan antar orang tua, yaitu hubungan antar orang tua (ayah dan ibu) yang kurang baik dapat memberikan dampak pada hubungan yang kurang baik antara orang tua dan anak, (2) *Parent-child relationship*/hubungan orang tua-anak, yaitu ciri-ciri pola hubungan orang tua dan anak adalah sangat penting dalam perkembangan anak karena pola hubungan ini mempengaruhi stabilitas kepribadian dan perilaku anak, dan (3) *Siblings relationship*/hubungan antar saudara sekandung, yaitu posisi keluarga mempengaruhi tingkah laku anak, khususnya pada anak usia muda. Selain itu, posisi keluarga juga memiliki pengaruh terhadap pembentukan kepribadian yang berdampak pada tingkah laku anak tersebut.

Hubungan antara orangtua dan anak dapat dilihat dari ketiga perspektif, yaitu : (1) *Sosial learning theory* berpendapat bahwa pengalaman yang anak alami secara langsung atau tidak langsung membentuk perilaku, (2) *Attachment theory* adalah berfokus pada sejauh mana hubungan memberikan perlindungan kepada anak terhadap bahaya dan rasa aman secara emosional, (3) *Parenting style* dilihat dari empat gaya pengasuhan orangtua, yaitu *authoritative* (kehangatan tinggi, dan harapan remaja yang tinggi), *authoritarian* (kehangatan rendah, konflik tinggi), *permissive* (kehangatan tinggi, kontrol rendah), dan *neglectful/disengaged* (kehangatan rendah dan kontrol rendah). Anak yang diasuh oleh gaya pengasuhan *authoritarian*, secara konsisten memiliki prososial, akademis yang baik, memiliki kompeten secara sosial, dan memiliki permasalahan yang sedikit (O'Connor & Scott, 2007).

Bermain bersama orangtua sangat penting dilakukan untuk mengembangkan pengetahuan diri anak mengenai berbagai aspek dalam kehidupannya. Bermain bersama orangtua dan anak akan memperkuat kelekatan mereka. Sebelum melakukan kegiatan bersama anak, orangtua sebaiknya memahami terlebih dahulu kebutuhan anak. Orangtua mempelajari terlebih dahulu mengenai pola kebiasaan dan kegiatan yang anak sukai, serta dapat mengarahkan anak untuk melakukan hal-hal yang baik. Oleh karena itu, penting halnya pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki oleh orangtua karena akan digunakan anak sebagai *role model* perilaku anak dimasa yang akan datang (Lau, Rapee, & Coplan, 2017; Muthen, 2006).

### **Kanak-Kanak Pertengahan dan Akhir**

Masa kanak-kanak adalah gambaran awal perkembangan manusia untuk mewujudkan dirinya (Hurlock, 1978). Pada masa kanak-kanak pertengahan dan akhir adalah masa anak memasuki sekolah dasar, dimulai pada usia 7-11 tahun. Pada masa ini banyak aspek yang berkembang pada diri anak, seperti aspek fisik, sosial, emosional, dan moral. Pemikiran anak-anak pada masa pertengahan dan akhir disebut pemikiran operasional konkrit (*concrete operational thought*), yaitu anak mampu melakukan aktivitas logis, anak dapat membentuk operasi-operasi mental atas pengetahuan yang mereka miliki, mereka memiliki rasa ingin tahu yang besar, mulai menjelajah dan mengeksplorasi berbagai hal (Santrock, 2012).

Pada saat anak mulai sekolah, anak memasuki usia dimana kesadaran sosial anak berkembang pesat. Anak mulai tertarik pada permainan kelompok dan anak memilih teman untuk bermain. Jumlah teman yang dibutuhkan anak juga dipengaruhi oleh minat bermain mereka (Hurlock, 1978).

### **Parent-Child Games, Smartphone Addiction, dan Anak Usia 8-10 Tahun**

Kecanduan atau *addiction* adalah sebuah ketergantungan yang berlebihan dilihat dari sisi psikologis atau fisiologis individu terhadap obat atau zat kimia tertentu (Matsumoto, 2009). Kecanduan *smartphone* adalah pengembangan dari munculnya kecanduan internet yang lebih dahulu. Kecanduan *smartphone* diartikan seperti keracunan, yaitu hilangnya daya kontrol, menjadi lebih obsesif, adanya permasalahan secara interpersonal, kurangnya sikap toleransi, adanya gejala dari penarikan diri, sehingga menjadi ketergantungan terhadap *smartphone* (Park & Park, 2014).

Anak-anak dan remaja yang menghabiskan waktu dengan menatap layar *gadget* secara berlebihan akan berdampak pada beberapa faktor yaitu menurunnya kesehatan fisik karena kurangnya aktivitas fisik dan mengakibatkan obesitas; mengalami masalah kesehatan mental dan sosial, seperti merasa cemas, berkurangnya interaksi antara orangtua dan saudara. Pada tahapan perkembangan anak pada masa pertengahan dan akhir (7-11 tahun) merupakan tahapan lanjutan bagi kesuksesan perkembangan anak ditahap berikutnya. Pada masa ini banyak aspek yang berkembang pada diri anak, seperti aspek fisik, sosial, emosional, dan moral (Santrock, 2012). Aktivitas fisik selama masa kanak-kanak dan remaja memberikan fungsi penting bagi perkembangan fisik mereka. Manfaat dari aktivitas fisik adalah mengurangi resiko obesitas, penyakit kardiovaskular, diabetes, dan osteoporosis. Selain itu, aktivitas fisik juga dapat meningkatkan kinerja akademik dan psikososial anak. Pada masa kanak-kanak asupan dan energi



anak memiliki hubungan yang erat karena asupan makanan digunakan anak untuk energi, sehingga energi yang dikeluarkan dapat digunakan untuk aktivitas fisik mereka (Siswanto & Lestari, 2012).

Orangtua juga menetapkan peraturan tentang konteks penggunaan teknologi yang artinya selain pembatasan pada apa yang anak-anak lakukan dengan teknologi, keluarga juga memiliki harapan tentang kapan, di mana, dan bagaimana mereka melakukannya. Dengan mengurangi waktu menatap layar *gadget* yang berlebihan dan keterpaparan terhadap kekerasan media, peran orang tua juga dapat memperbaiki perilaku sosial anak-anak, kinerja akademis, dan kebiasaan tidur yang terganggu akibat penggunaan teknologi (*smartphone*) berlebihan (Hiniker, Schoenebeck, & Kientz, 2016).

Salah satu yang menyebabkan *smartphone addiction* meningkat pada zaman sekarang karena adanya perkembangan teknologi. Untuk mengembalikan lagi anak pada permainannya maka harus ada alternatif permainan yang dapat diberikan kepada anak. Permainan memiliki kontribusi di dalam perkembangan anak. Kekayaan permainan yang dimainkan anak selama masa kecil secara positif dapat mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan anak, baik dari fungsi psikis maupun fisik. Peran orangtua yang dapat dilakukan adalah mengajak anak bermain. Pada proses bermain, anak akan belajar menghadapi emosi positif dan negatif yang terjal dari proses interaksi terhadap lingkungannya (Kovacevic & Opic, 2014). Dengan berbagai penjelasan diatas *parent-child games* digunakan untuk mengurangi *smartphone addiction* pada anak usia 8-10 tahun.

### Hipotesa

*Parent-child games* mampu mengurangi *smartphone addiction* pada anak usia 8-10 tahun.

## METODE PENELITIAN

### Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan menggunakan desain penelitian *between subject design*. Pengukuran yang dilakukan pada penelitian ini diambil pada subjek dan situasi yang berbeda. Dalam penelitian ini efek suatu perlakuan terhadap variabel dependen pada kelompok eksperimen setelah dikenai perlakuan dengan kelompok kontrol yang tidak dikenai perlakuan. Sehingga penelitian ini menggunakan model *pre-test post-test control group* desain. Tujuan dari penelitian eksperimen adalah untuk menyelidiki ada tidaknya hubungan sebab akibat antara perlakuan dengan efeknya, memprediksi efek suatu perlakuan pada variabel yang diamati, mempelajari seberapa besar hubungan sebab akibat tersebut (Sugiyono, 2014).

**Tabel 1. Rancangan Penelitian**

Kelompok	Rancangan Penelitian
<b>Kelompok Eksperimen</b> :	X <sub>1</sub> ---- P---- X <sub>2</sub>
<b>Kelompok Kontrol</b> :	X <sub>1</sub> -----X <sub>2</sub>

Keterangan :

X<sub>1</sub> = pengukuran sebelum diberikan perlakuan (intervensi)

P = perlakuan (intervensi)

X<sub>2</sub> = pengukuran setelah diberikan perlakuan (intervensi)

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *parent-child games* sebagai metode intervensi penelitian dengan tujuan untuk menurunkan *smartphone addiction* pada anak usia 8-10 tahun.

### **Subjek Penelitian**

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah anak usia 8-10 tahun di RW 4 Kelurahan Jatimulyo yang memiliki skor skala *smartphone addiction* yang berada pada kategori sedang dan tinggi. Pengambilan subjek dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah salah satu cara mengambil sampel dengan tujuan tertentu (Sugiyono, 2014). Hal ini dilakukan dengan cara mengambil subjek berdasarkan karakteristik tertentu. Pada penelitian ini, peneliti mengambil sampel yang berkaitan dengan usia, yaitu usia 8-10 tahun yang berada pada tingkat sekolah dasar. Jumlah subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 20 orang, dimana 10 subjek masuk pada kelompok eksperimen dan 10 orang subjek pada kelompok kontrol.

### **Variabel dan Instrumen Penelitian**

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Variabel bebas (X) adalah *parent-child games* dan variabel terikat (Y) adalah *smartphone addiction*.

Definisi *smartphone addiction* adalah ketergantungan pada *smartphone* karena hilangnya daya kontrol, menjadi lebih obsesif, adanya permasalahan secara interpersonal, kurangnya sikap toleransi, dan adanya gejala dari penarikan diri.

Definisi *parent-child games* adalah metode permainan yang melibatkan orangtua, anak. Kegiatan permainan yang dilakukan orangtua dan anak berkaitan dengan aktivitas fisik, seperti bermain bola, *jogging*, lompat tali, bersepeda, bermain hula hoop, dan permainan lainnya yang erat kaitannya dengan aktivitas fisik.

Metode pengambilan data variabel *smartphone addiction* dengan menggunakan skala *Smartphone Addiction Scale (SAS)* yang disusun (Kwon et al., 2013) dengan meliputi enam kriteria, yaitu : gangguan kehidupan sehari-hari, antisipasi positif berupa perasaan senang dan bahagia ketika memegang dan menggunakan *smartphone*, kecenderungan menarik diri dari kehidupan sosial, memiliki orientasi terhadap dunia maya, penggunaan *smartphone* berlebih, dan kurangnya sikap toleransi.

Dari hasil *tryout* uji validitas dan reliabilitas pada 80 subjek menunjukkan indeks validitas antara 0,238-0,692 dengan reliabilitas sebesar 0,883, sehingga dari 33 item skala *smartphone addiction* menjadi 27 item.

### **Prosedur dan Analisa Data Penelitian**

Penelitian yang dilakukan memiliki 3 prosedur utama sebagai berikut :

Tahap pertama adalah perumusan masalah penelitian berdasarkan fenomena yang ditemukan peneliti. Pada proses ini peneliti mencari fenomena yang terkait

kecanduan *smartphone* di kalangan anak sekolah dasar dengan cara melakukan asesmen di RW 4, Kelurahan Jatimulyo, Kota Malang. Peneliti kemudian mengaitkan fenomena dengan variabel *parent-child games* terhadap kecanduan *smartphone* untuk diteliti lebih lanjut. Selanjutnya, persiapan rancangan penelitian, yaitu adaptasi skala dan *tryout* alat ukur. Subjek *try out* pada penelitian ini menggunakan 80 orang yang merupakan anak sekolah dasar dengan usia 8-10 tahun di SDN 4 Blimbing, Kota Malang. *Try out* dilakukan dengan menyebarkan skala *Smartphone Addiction*.

Tahapan kedua adalah intervensi yang terdiri dari lima sub-tahapan, yaitu: (1) psikoedukasi kepada anak berupa penayangan video, (2) bermain bersama anak dengan menggunakan permainan yang sudah disediakan, (3) psikoedukasi kepada orangtua dan sosialisasi penggunaan *remind card* yang akan orangtua isi sebagai media pengontrol jalannya minggu intervensi di rumah masing-masing, (4) intervensi dilakukan di rumah masing-masing selama satu minggu (5) pengambilan *remind card* ke rumah subjek masing-masing dan pelaksanaan *post-test*.

Tahapan ketiga adalah menganalisa hasil dari keseluruhan proses intervensi. Data-data yang telah diperoleh baik hasil *pre-test* dan *post-test* diinput dan diolah dengan menggunakan program *SPSS for windows version 21*, yaitu analisis nonparametrik (< 30 orang) *wilcoxon* untuk masing-masing kelompok. Kemudian menganalisa perbandingan *pre-test* dan hasil *post-test* kedua kelompok dengan menggunakan analisis *mann whitney*. Terakhir, peneliti mengambil kesimpulan penelitian.

## HASIL PENELITIAN

Kegiatan penelitian yang telah dilakukan ini, diperoleh beberapa hasil yang akan dipaparkan pada tabel-tabel berikut. Tabel yang pertama pada bab hasil penelitian ini adalah karakteristik subjek yang mengikuti penelitian *parent-child games* untuk mengurangi kecanduan *smartphone* berdasarkan hasil *sampling* dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Subjek tersebut terbagi ke dalam dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

**Tabel 2. Karakteristik Subjek Penelitian**

Kategori		Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol
Usia		8-10 Tahun	8-10 Tahun
Jenis Kelamin	Laki-laki	3 orang	3 orang
	Perempuan	7 orang	7 orang
Rata-rata skor <i>Smartphone Addiction Scale Pre-test</i>		71,7	71,4

Berdasarkan Tabel 2, terlihat bahwa keseluruhan subjek pada kedua kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berada pada kondisi tingkat *smartphone addiction scale* kategori sedang yang sesuai dengan norma kelompok. Pada masing-masing kelompok terdiri dari anak-anak laki-laki sebanyak 3 orang dan

perempuan sebanyak 7 orang. Hasil rata-rata skor *pre-test* pada kedua kelompok adalah sama dalam kategori sedang.

Selanjutnya, peneliti menganalisis skor *smartphone addiction scale* pada kedua kelompok tersebut sebelum diberi perlakuan berupa *parent-child games* dengan menggunakan uji *Mann Whitney* untuk melihat kesetaraan kedua kelompok.

**Tabel 3. Deskriptif Uji *Mann Whitney* Data *Pre-test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	N	Z	P
Eksperimen	10	-0,114	0,909
Kontrol	10		

Berdasarkan hasil uji analisis *Mann Whitney* pada Tabel 3 diperoleh hasil  $P > 0,05$  ( $P = 0,909$ ). Hasil tersebut menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada skor *smartphone addiction scale* pada kedua kelompok. Dapat disimpulkan bahwa kondisi kedua kelompok tersebut berada pada keadaan yang setara sebelum diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen berupa *parent-child games*. Pada tabel selanjutnya adalah gambaran tingkat *smartphone addiction scale* pada kedua kelompok di kedua kondisi yang berbeda, yaitu *pre-test* dan *post-test*.

**Tabel 4. Deskriptif Uji *Wilcoxon* Data *Pre-test* dan *Post-test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	N	Rata-Rata Skor SAS		Z	P
		<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>		
Eksperimen	10	71,7	57,7	-2,807	0,005
Kontrol	10	71,4	79,8	-2,705	0,007

Berdasarkan hasil uji analisis *Wilcoxon* pada Tabel 4 menunjukkan hasil  $P < 0,05$  ( $P = 0,005$ ). Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada skor *smartphone addiction* kelompok eksperimen pada kondisi *pre-test* dan *post-test*. Sementara itu, berdasarkan uji analisis *Wilcoxon* pada tabel deskriptif kelompok kontrol tersebut diperoleh hasil nilai  $P < 0,05$  ( $P = 0,007$ ). Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada skor *smartphone addiction* kelompok kontrol pada kondisi *pre-test* dan *post-test*.

**Diagram 1. Skor *Smartphone Addiction Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Eksperimen**

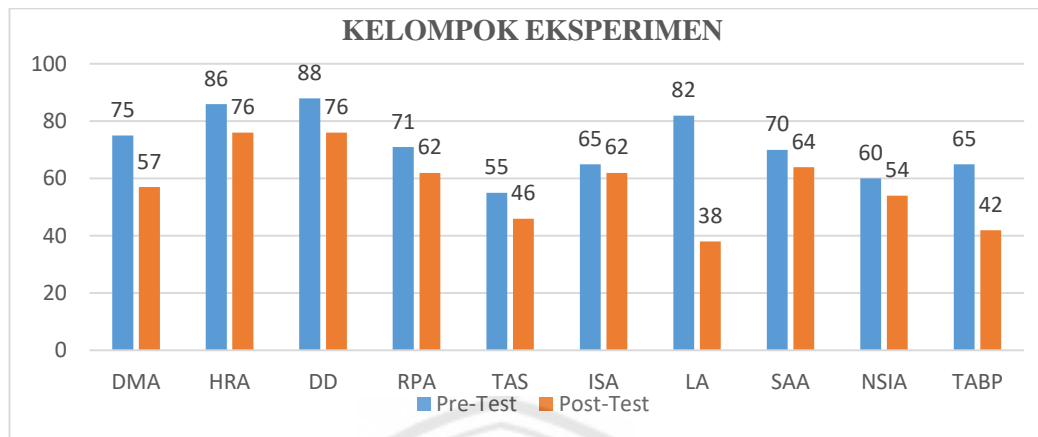


Diagram di atas menunjukkan bahwa ada perubahan nilai skor *pre-test* ke nilai skor *post-test*. Ini terlihat dari perubahan nilai skor *post-test* masing-masing subjek menjadi lebih rendah daripada skor *pre-test*. Hal ini menunjukkan bahwa semua subjek menunjukkan penurunan nilai skor *smartphone addiction* setelah diberikan perlakuan berupa *parent-child games*. Pada diagram selanjutnya adalah gambaran nilai skor *smartphone addiction* kelompok kontrol, yaitu *pre-test* dan *post-test*.

**Diagram 2. Skor *Smartphone Addiction Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Kontrol**

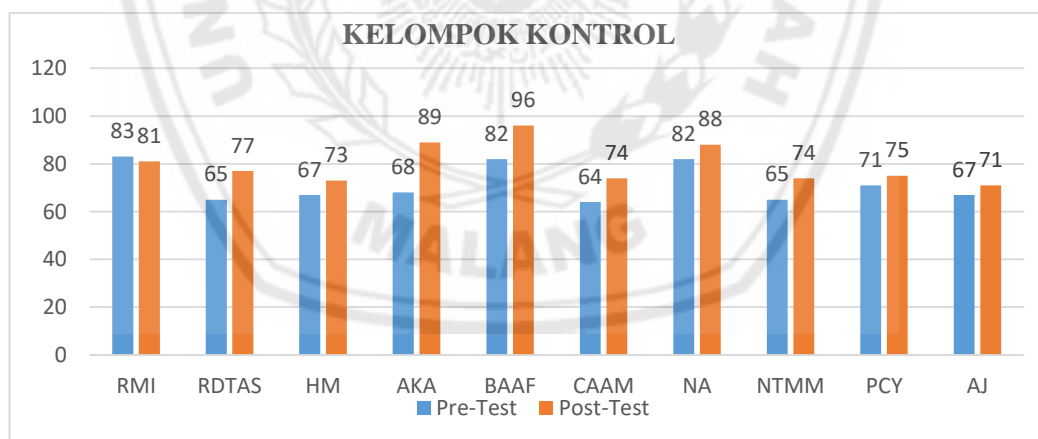


Diagram di atas menunjukkan bahwa ada perubahan nilai skor *pre-test* ke nilai skor *post-test*. Dari 10 subjek, ada 9 subjek yang mengalami perubahan nilai skor *post-test* menjadi lebih tinggi dari nilai skor *pre-test*. Sedangkan 1 subjek mengalami penurunan nilai skor *post-test*. Ini terlihat bahwa kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan berupa *parent-child games* mengalami peningkatan nilai skor *post-test*.

Dari penjelasan tabel 4 dan kedua diagram ini dapat disimpulkan bahwa kedua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mengalami perubahan. Kelompok eksperimen mengalami perubahan berupa pengurangan

(penurunan) nilai skor *pre-test* ke skor *post-test*. Kelompok kontrol mengalami perubahan berupa penambahan (peningkatan) nilai skor *pre-test* ke *post-test*.

Selanjutnya pada langkah terakhir hasil penelitian, peneliti melakukan analisis uji *Mann Whitney* untuk melihat perbedaan skor *smartphone addiction* kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol, setelah diberikan perlakuan berupa *parent-child games*. Nilai yang digunakan adalah selisih skor *smartphone addiction* saat *pre-test* dan *post-test*. Berikut ini adalah tabel deskriptif hasil uji *Mann Whitney*.

**Tabel 5. Deskriptif Uji Mann Whitney Pre-test dan Post-test Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	N	Z	P
Eksperimen	10	-3,785	0,000
Kontrol	10		

Berdasarkan Tabel 5 *Mann Whitney*, menunjukkan nilai  $P < 0,05$  ( $P = 0,029$ ). Hal ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan skor *smartphone addiction* yang signifikan antara kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan berupa *parent-child games*. Hal ini menunjukkan bahwa skor *smartphone addiction* pada kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan *parent-child games* lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil analisis kuantitatif yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu *parent-child games* dapat mengurangi *smartphone addiction* pada anak usia 8-10 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *smartphone addiction* kelompok eksperimen lebih rendah dibandingkan kelompok kontrol.

## DISKUSI

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa *parent-child games* dapat mengurangi *smartphone addiction* pada anak usia 8-10 tahun. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui metode *parent-child games* dapat mengurangi *smartphone addiction* pada anak usia 8-10 tahun dan memberikan kontribusi psikologi pada masyarakat umum, khususnya di dalam lingkup komunitas dalam upaya preventif. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan tingkat *smartphone addiction* pada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan (*post-test*), meskipun kondisi kedua kelompok sebelum perlakuan (*pre-test*) adalah setara atau dalam keadaan tingkat *smartphone addiction* yang sedang. Tingkat keberhasilan pada kedua kelompok menunjukkan perbedaan yang signifikan setelah diberi perlakuan. Pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa semua subjek mengalami penurunan (pengurangan) dari nilai rata-rata *pre-test* sebesar (71,7) ke nilai rata-rata *post-test* menjadi sebesar (57,7). Pada kelompok kontrol menunjukkan sembilan subjek mengalami peningkatan hasil nilai rata-rata *pre-test* sebesar (71,4) ke nilai rata-rata *post-test* sebesar (79,8) dan satu subjek mengalami pengurangan (penurunan) skor *pre-test* ke skor *post-test*.

Subjek yang digunakan adalah subjek dengan kategori usia anak-anak pertengahan dan akhir sebagaimana teori *game* yang menjelaskan pada pemaparan sebelumnya bahwa usia yang cocok adalah usia sekolah dan remaja. Di masa kanak-kanak, terutama dalam proses bermain, anak-anak pun siap melakukan pembelajaran apapun. Hal ini karena anak-anak yang mengaktifkan saluran pembelajaran mereka dengan mengembangkan keterampilan adaptasi mereka seperti pemikiran kreatif, pemecahan masalah, mengatasi, dan perilaku sosial yang penting untuk adaptasi proses kognitif, afektif, dan interpersonal dalam permainan (Aypay, 2016).

Bermain adalah sebuah pendekatan di mana anak dapat berkomunikasi dengan menggunakan mainan, seni, dan permainan khusus di lingkungan yang aman. Ini memungkinkan anak-anak berkesempatan untuk mengeksplorasi perasaan mereka, meningkatkan interaksi positif dengan orang lain, dan mengembangkan keterampilan sosial yang sesuai dengan mereka bentuk komunikasi alami mereka. Teori bermain dan eksperimen memainkan peran yang saling melengkapi, dengan menyediakan bentuk kerangka kerja untuk mengumpulkan dan menafsirkan informasi empiris terhadap perilaku, sedangkan eksperimen membuktikan bahwa ada perubahan perilaku yang didapatkan dari proses bermain (Crawford, 2002).

Orangtua memiliki pengaruh paling penting pada anak. Orangtua dapat menyebabkan keterlibatan dan konsistensi yang lebih besar dalam proses terapi anak (Bornsheuer, & Watts, 2006). Orangtua berpengaruh besar terhadap kehidupan anak. Hubungan orangtua dan anak adalah fondasi lingkungan rumah sehat dan lingkungan sekolah. Orangtua memiliki pengaruh terhadap keseluruhan umur anak-anak mulai dari lahir hingga masa dewasa. Anak-anak menghabiskan sebagian besar waktu di rumah bersama orangtua, baik itu perilaku yang orangtua tunjukkan kepada anak maupun komunikasi orangtua dengan anak memiliki dampak besar pada kehidupan masa depan anak. Sikap suportif, perhatian dan fleksibel orangtua menghasilkan anak-anak yang sehat secara psikologis dan mental (Bibi, Chaudry, Awan, & Thariq, 2013).

Pada saat penelitian ini dilakukan sebelum masuk ke sesi bermain pada orangtua, peneliti terlebih dahulu memberikan pemahaman singkat mengenai *smartphone addiction*, dan penjelasan permainan yang akan digunakan selama minggu intervensi. Sebagian besar orangtua di rumah juga menghabiskan waktu dengan *smartphone* ketika waktu luang. Hal tersebut ternyata juga menjadi salah satu prediktor kuat mengapa anak pada akhirnya memiliki ketertarikan terhadap *smartphone*. Waktu orangtua menggunakan *smartphone* mempengaruhi bagaimana penggunaan *smartphone* pada anak. Orangtua menjadi *role model* pada perilaku anak. Lingkungan anak yang demikian, akhirnya ketertarikan anak terhadap *smartphone* juga semakin besar. Pengasuhan dari orangtua berperan penting terhadap bagaimana perilaku dan kepribadian anak (Lauricella, Wartella & Rideout, 2015). Keikutsertaan keluarga terutama orangtua dengan anak ketika bermain dapat membangun hubungan kelekatan yang lebih baik dengan anak. Selain itu, orangtua jadi lebih memahami bagaimana pandangan berbeda anak terhadap dunia (Milteer, Ginsburg & Mulligan, 2012).

Berdasarkan hasil pembahasan dapat disimpulkan bahwa. Orangtua menjadi penting untuk terlibat kedalam kegiatan bermain bersama anak dan menentukan

pola seperti apa yang akan diberikan kepada anak. Permainan yang memerlukan aktivitas fisik menjadi sesuatu hal yang esensial untuk perkembangan dan pertumbuhan anak, terutama fisik, kognitif, dan sosial anak.

Pada proses penelitian yang telah dilakukan ini jauh dari kata sempurna. Keterbatasan pada penelitian ini terlebih pada proses pemilihan subjek penelitian yang akan mengikuti *parent-child games* dengan skor *smartphone addiction* kategori sedang dan tinggi. Pemilihan subjek untuk ikut dalam penelitian tidak dilakukan secara acak (*random sampling*). Selain itu, *follow up* juga hendaknya dilakukan kepada seluruh partisipan penelitian sebagai dasar pembuatan hasil analisis yang lebih cermat dan akurat.

## SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat *smartphone addiction* yang signifikan antara kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan berupa *parent-child games*. Penelitian ini membuktikan bahwa penerapan *parent-child games* mampu mengurangi *smartphone addiction* pada anak usia 8-10 tahun.

Implikasinya adalah dari hasil penelitian ini, dengan menggunakan uji eksperimen pada kelompok yang diberi perlakuan berupa *parent-child games*, diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dalam bidang psikologi khususnya psikologi klinis terkait dengan permasalahan anak yaitu kecanduan *smartphone*. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian terkait *parent-child games* dengan pemilihan subjek yang lebih akurat, seperti menggunakan sistem *random* (acak), sehingga lebih banyak subjek penelitiannya, tidak hanya sebatas anak usia 8-10 tahun saja.



## REFERENSI

- Aypay, A. (2016). Investigating the role of traditional children's games in teaching ten universal values in Turkey. *Eurasian Journal of Educational Research*, 62(62), 283–300. <https://doi.org/10.14689/ejer.2016.62.14>.
- Bates, H. (2006). *Daily physical activity for children and youth*. Alberta Education Cataloguing in Publication Data. Canada.
- Bhattacharrya, R. (2015). Addiction to modern gadgets and technologies across generations. *Eastern Journal of Psychiatry*, 18(2), 27–37.
- Bhattacharrya, R. (2015). Addiction to modern gadgets and technologies across generations. *Eastern Journal of Psychiatry*, 18(2), 27–37.
- Bibi, F., Chaudhry, A. G., Awan, E. A., & Tariq, B. (2013). Contribution of parenting style in life domain of children. *IOSR Journal of Humanities and Social Science*, 12(2), 91–95.
- Bornsheuer, J. N., & Watts, R. E. (2006). Play Therapy and Parent Consultation : A Review of Best Practices, (c), 1–10.
- Crawford, V. P. (2002). Introduction to experimental game theory. *Journal of Economic Theory*, 104(1), 1–15. <https://doi.org/10.1006/jeth.2001.2909>.
- De Lima, L., & Castronuevo, E. (2016). Perception of parents on children's use of gadgets. *The Bedan Journal of Psychology*, (2), 26–34.
- Fadzil, N. M., Abdullah, M. Y., & Salleh, M. A. M. (2016). The level of tolerance sanctioning children using gadgets by parents lead to nomophobia: Early age gadgets exposure. *International Journal of Arts & Sciences*, 9(2), 615–622.
- GSMA (Global System and Mobile Communication Assosiation and NTT (Nippon Telegraph Telephone) Docomo. (2012). *Children' s use of mobile phones: An international comparison 2012*. London. Retrieved from <http://www.gsma.com>.
- Hiniker, A., Schoenebeck, S. Y., & Kientz, J. A. (2016). Not at the dinner table: Parents and children-s perspectives on family technology rules. In A. Hiniker, S. Y. Schoenebeck, & J. A. Kientz (Eds.), *Proceedings of the 19th ACM Conference on Computer-Supported Cooperative Work & Social Computing - CSCW '16* (pp. 1374–1387). San Fransisco,CA, USA: ACM. <https://doi.org/10.1145/2818048.2819940>.
- Homeyer, L. E., & Morrison, M. O. (2008). Play therapy: Practice, issues, and trends. *American Journal of Play*, 8(2), 210–228.
- Hurlock. (1978). *Perkembangan anak (Edisi 6, Jilid 1. Med Meitasari Tjandrasa Terjemahan)*. Jakarta: Erlangga.

- Khazaal, Y., Xirossavidou, C., Khan, R., Edel, Y., Zebouni, F., & Zullino, D. (2012). Cognitive-Behavioral Treatments for “internet addiction.” *The Open Addiction Journal*, 5(1), 30–35. <https://doi.org/10.2174/1874941001205010030>.
- Kovacevic, T., & Opic, S. (2014). Contribution of traditional games to the quality of students’ relations and frequency of students’ socialization in primary education. *Croatian Journal of Education-Hrvatski Casopis Za Odgoj I Obrazovanje*, 16(1), 95–112.
- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., ... Kim, D. J. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *PLoS ONE*, 8(2). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0056936>.
- Lau, E. X., Rapee, R. M., & Coplan, R. J. (2017). Combining child social skills training with a parent early intervention program for inhibited preschool children, *Journal of Anxiety Disorders*. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2014.12.001>.
- Lauricella, R., Wartella, E., & Rideout, V. J. (2015). Young children's screen time: The complex role of parent and child factors. *Journal of Applied Development Psychology*, 36, 11-17. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2014.12.001>.
- Livingstone, S., Mascheroni, G., Dreier, M., Chaudron, S., & Lagae, K. (2015). *How parents of young children manage digital devices at home: The role of income, education and parental style. EU Kids Online*. London. Retrieved from [www.eukidsonline.net](http://www.eukidsonline.net).
- Lowenstein, L. (2011). Favorite therapeutic activities for children, adolescents , and families: Practitioners share their most effective interventions. In Lowenstein (Ed.), *Creative Family Techniques* (pp. 4–114). Canada: Champion Press. Retrieved from [www.lianalowenstein.com](http://www.lianalowenstein.com).
- Martin, K. (2011). *Electronic overload: The impact of excessive screen use on child and adolescent health and wellbeing*. Australia.
- Matsumoto, D. (2009). *The cambridge dictionary of psychology* (1st ed.). New York: Cambridge University Press. Retrieved from [www.cambridge.org/9780521854702](http://www.cambridge.org/9780521854702).
- Milteer, R. M., Ginsburg, K. R., & Mulligan, D. A. (2012). The importance of play in promoting healthy chil development and maintaining strong paren-child bond: Focus on children poverty. *Pediatrics*, 129(1), e204-e213. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-2953>.
- Muthen, B. O. (2006). The potential of growth mixture modeling. *Infant and Child Development*, 5(Januari 2018), 3-5, <https://doi.org/10.1002/icd>.

- Nawangsari, G. (2016). Traditional games intervention effectiveness for children with internet addiction (pp. 729–733). Malang: Psychology Forum UMM.
- O'Connor, T., & Scott, S. (2007). *Parenting and outcomes for children*. Joseph Rowntree Foundation (Vol. 14). USA. <https://doi.org/10.1080/01490409209513156>.
- Park, C., & Park, Y. R. (2014). The conceptual model on smartphone addiction among early childhood. *International Journal of Social Science and Humanity*, 4(2), 147–150. <https://doi.org/10.7763/IJSSH.2014.V4.336>.
- Roggman, L. (1986). Attachment & play. *Infant Behavior and Development*. [https://doi.org/10.1016/S0163-6383\(86\)80320-4](https://doi.org/10.1016/S0163-6383(86)80320-4).
- Samsung Kidstime. Mobile device usage among young kids: A southeast asia study (2014).
- Santoso, S. (2014). *Teori-teori psikologi sosial*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Santrock, J.W. (2012). *Life-span development: Perkembangan masa hidup (13th)*. (Terj. Benedictine Widyasinta). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sharma, M. (2012). Addiction of youth towards gadgets. *Human Resources Management*, 42A, 6568–6572.
- Sherlyana, N. (2017). *Pengaruh training bermain pura-pura pada orangtua terhadap peningkatan keterampilan sosial anak usia dini yang memiliki kecenderungan kecanduan gadget*. Tesis magister, Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang, Malang.
- Siswanto, I., & Lestari. (2012). *Panduan bagi guru dan orangtua: Pembelajaran atraktif dan 100 permainan kreatif untuk PAUD*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Sugiyono. (2014). *Cara mudah menyusun skripsi, tesis, dan disertasi (STD)*. Bandung: Alfabeta.
- Wulansari, N. M. D. (2017). *Didiklah anak sesuai zamannya: Mengoptimalkan potensi anak di era digital*. Jakarta: PT Visimedia Pustaka.
- Young, K.S. (1998). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior* 1(3). Mary Ann Liebert, Inc, 237-244.

**LAMPIRAN**

**Lampiran 1 : Modul kegiatan intervensi**

**MODUL**

***Parent-Child Games* untuk Mengurangi  
*Smartphone Addiction* pada Anak Usia**

**8-10 Tahun**



designed by freepik.com

**Oleh:**

**Azalia Putri Ramanda  
(201410230311323)**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG  
2018**

Perkembangan zaman di bidang ilmu teknologi pada abad ke-21 semakin berkembang pesat. Penggunaan *gadget* tidak hanya digunakan oleh orang dewasa saja, tetapi anak-anak pun juga memiliki ketertarikan yang sama seperti orang dewasa. Pada masa kanak-kanak pertengahan dan akhir adalah masa anak memasuki sekolah dasar, dimulai pada usia 7-11 tahun. Pada masa ini banyak aspek yang berkembang pada diri anak, seperti aspek fisik, sosial, emosional, dan moral. Pemikiran anak-anak pada masa pertengahan dan akhir disebut pemikiran operasional konkrit (*concrete operational thought*), yaitu anak mampu melakukan aktivitas logis, anak dapat membentuk operasi-operasi mental atas pengetahuan yang mereka miliki, mereka memiliki rasa ingin tahu yang besar, mulai menjelajah dan mengeksplorasi berbagai hal (Santrock, 2012).

Anak berkembang dengan cara bermain. Bermain dapat menggunakan alat (mainan) ataupun hanya sekedar berlari-lari keliling di dalam ruangan. Dunia anak adalah dunia bermain. Anak-anak dapat menggunakan otot tubuhnya, menstimulasi indra-indra tubuhnya, mengeksplorasi dunia sekitarnya dan lewat bermain, fisik anak akan terlatih, kemampuan kognitif anak dapat berkembang, serta kemampuan interaksi sosial dengan orang lain juga akan berkembang (Siswanto & Lestari, 2012).

Jenis intervensi *gaming* yang telah dipilih ini adalah yang paling cocok dalam merepresentasikan pengalihan aktivitas tersebut karena tim Intervensionis telah menspesifikkan pada permainan yang bersifat fisik. Sedangkan untuk pemilihan psikoedukasi didasarkan pada penanaman informasi dan *cognitive enrichment* pada anak-anak yang mungkin sebagian anak masih belum mengetahui menggunakan metode psikoedukasi yang bukan lektur namun lebih sesuai dengan target usia anak-anak.

Dalam pelaksanaan intervensi, diperlukan adanya pedoman pelaksanaan yang tertulis dalam rangka membantu kelancaran pelaksanaan intervensi. Pedoman dibuat dalam bentuk modul pelaksanaan intervensi yang berisi detail kegiatan. Modul Intervensi ini berfungsi sebagai panduan dalam melaksanakan penanganan yaitu seluruh rangkaian intervensi mulai dari pertemuan pertama hingga terakhir. Modul ini juga berfungsi sebagai *time table* serta penjabaran kegiatan secara rinci selama kegiatan intervensi berlangsung sehingga tidak ada item dalam agenda yang terlewat dan sesuai dengan rancangan Intervensi yang telah disusun tim intervensionis.

Adapun manfaat modul ini adalah sebagai media yang dapat memudahkan tim intervensionis beserta pihak RW 4 yang terlibat dalam melaksanakan kegiatan intervensi yang sesuai dengan rencana. Dengan dibuatnya modul secara rinci dan jelas, maka akan memudahkan tim

intervensionis dalam menjalankan kegiatan dengan lancar dan berdasar jelas.

Pada jenis intervensi *gaming*, akan dilaksanakan dua permainan yang bersifat fisik yang melibatkan seluruh anak-anak peserta intervensi. Kedua permainan tersebut antara lain permainan *rangku alu* dan permainan modifikasi dari ular tangga yaitu ular tangga *human-sized*. Seluruh anak akan dibagi menjadi dua kelompok dan masing-masing secara bergantian memainkan dua permainan tersebut.

Salah satu yang menyebabkan *smartphone addiction* meningkat pada zaman sekarang karena adanya perkembangan teknologi. Untuk mengembalikan lagi anak pada permainannya maka harus ada alternatif permainan yang dapat diberikan kepada anak. Permainan memiliki kontribusi di dalam perkembangan anak. Kekayaan permainan yang dimainkan anak selama masa kecil secara positif dapat mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan anak, baik dari fungsi psikis maupun fisik. Peran orangtua yang dapat dilakukan adalah mengajak anak bermain. Pada proses bermain, anak akan belajar menghadapi emosi positif dan negatif yang terjalin dari proses interaksi terhadap lingkungannya (Kovacevic & Opic, 2014). Dengan berbagai penjelasan diatas *parent-child games* digunakan untuk mengurangi *smartphone addiction* pada anak usia 8-10 tahun.

Berikut tabel rincian pelaksanaan kegiatan intervensi berisi tanggal, waktu, sesi, tujuan kegiatan intervensi.

Table 1 : Susunan Kegiatan

Sesi 1 : Sabtu, 20 Januari 2018						
Tempat : SDN Jatimulyo 1						
Waktu	Durasi	Subsesi	Kegiatan	Tujuan	Media	PIC
08.30 — 08.45	15'	Pembukaan	Fasilitator memperkenalkan diri dan menjelaskan rangkaian kegiatan yang akan dilakukan	Mengawali kegiatan intervensi hari pertama	<ul style="list-style-type: none"><li>- LCD + proyektor</li><li>- Laptop</li><li>- Speaker</li><li>- Boneka tangan</li><li>- ATK</li><li>- Pensil</li><li>- Video</li><li>- Lagu</li><li>- Kamera</li></ul>	Fasilitator
08.45 — 08.50	5'	<i>Ice breaking</i> (pensil berjalan)	Peserta mendengarkan lagu sambil mengoper pensil searah jarum jam kepada teman disampingnya. Ketika lagu berhenti, peserta yang memegang bola diminta untuk memperkenalkan diri	Mengakrabkan peserta dan agar saling mengenal satu sama lain		Fasilitator
08.50 — 08.55	5'	Pengantar	Fasilitator membuka kegiatan dengan menggunakan boneka tangan untuk menjelaskan tentang <i>smartphone</i>	Sebagai pengantar pemutaran video		Fasilitator
08.55 — 09.05	10'	Pemutaran Video	Peserta menyaksikan video yang ditayangkan kemudian fasilitator memberi penjelasan terkait video tersebut	Peserta mengetahui dampak yang ditimbulkan dari penggunaan <i>smartphone</i> yang		Fasilitator
09.05 — 09.10	5'	<i>Story telling</i>	Fasilitator menceritakan sebuah situasi terkait penggunaan <i>smartphone</i> pada anak dengan menggunakan boneka	Memberikan contoh dampak penggunaan <i>smartphone</i> pada anak		Fasilitator
09.10 — 09.15	5'	Penutup	Fasilitator memberikan kesimpulan dan <i>feedback</i> terkait kegiatan yang sudah dilakukan	Menutup kegiatan intervensi hari pertama		Fasilitator
Total	45'					

Sesi 2 : Sabtu, 20 Januari 2018						
Tempat : Halaman SDN Jatimulyo 1						
Waktu	Durasi	Subsesi	Kegiatan	Tujuan	Media	PIC
09.15 — 09.30	15'	Role play	Fasilitator memberi penjelasan tentang permainan yang akan dilakukan dan memberikan simulasi tentang cara bermain	Peserta mampu memahami cara bermain dari permainan yang akan dilakukan	- Bambu - Hola hop - Papan ular tangga ( <i>banner</i> ) - Dadu - Laptop - Speaker - Kamera	Fasilitator
09.30 — 10.15	45'	Bermain	Peserta memainkan 2 permainan yaitu ular tangga ( <i>human size</i> ) dan rangku alu	Peserta melakukan aktivitas fisik sebagai bentuk pengalihan dari penggunaan <i>gadget</i>		Fasilitator
10.15 — 10.20	5'	Penutup	Fasilitator memberikan kesimpulan dan <i>feedback</i> terkait kegiatan yang sudah dilakukan	Menutup kegiatan intervensi hari kedua		Fasilitator
Total	65'					

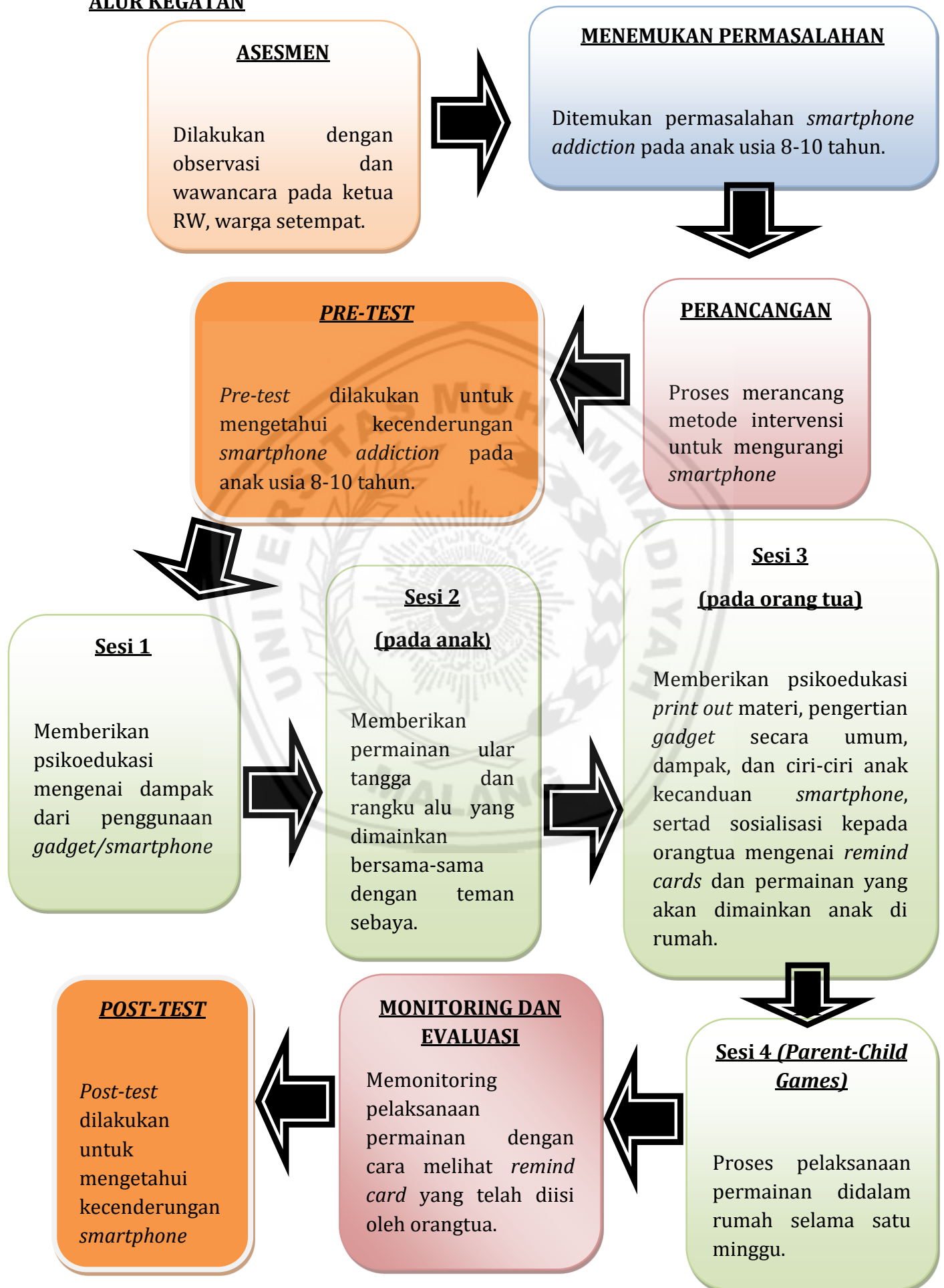


Sesi 3 : Sabtu, 20 Januari 2018						
Tempat : Rumah subjek masing-masing						
Waktu	Durasi	Subjek	Kegiatan	Tujuan	Media	PIC
12.00-15.20	20'	@10	Fasilitator memperkenalkan diri, menjelaskan rangkaian kegiatan yang telah anak lakukan, memberikan <i>print out</i> materi terkait perkembangan anak sekolah dasar, pengertian <i>smartphone</i> , ciri-ciri anak yang sudah kecanduan <i>smartphone</i> , dampak yang dari penggunaan <i>smartphone</i> berlebih, dan aspek keluarga dalam pembentuk perilaku anak, serta sosialisasi cara penggunaan <i>remind card</i> yang akan digunakan pada kegiatan intervensi dirumah yang diisi oleh <i>significant other</i> (orang tua).	Memberikan gambaran kepada orangtua tentang bahaya penggunaan <i>smartphone</i> berlebih pada anak dibawah umur, menjelaskan terkait kegiatan yang akan dilakukan anak dirumah dengan menggunakan kartu kendali ( <i>remind card</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Materi <i>print out</i></li> <li>- Permainan yang akan digunakan dirumah</li> <li>- <i>Remind card</i></li> </ul>	Fasilitator

Sesi 4 : Sabtu, 20 Januari 2018 s.d. Sabtu, 26 Januari 2018							
Tempat : Rumah masing-masing subjek intervensi							
Waktu	Durasi	Subjek	Perlakuan	Keterangan	Kegiatan	Media	PIC
15.00-15.20	20'	@10	Ular tangga modifikasi	Pada ular tangga modifikasi terdapat 20 kolom yang terdapat perintah membuka kartu. Kartu tersebut berisi aktivitas fisik ringan yang dapat anak praktikan ketika berada pada salah satu kolom tersebut. Anak yang berhasil menuju garis <i>finish</i> terlebih dahulu, itu yang menjadi pemenang.	Orangtua dan anak bermain bersama sesuai dengan aturan permainan ular tangga modifikasi.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Papan ular tangga modifikasi</li> <li>- Pion</li> <li>- Dadu</li> <li>- Kartu modifikasi</li> </ul>	Orangtua dan anak
15.20-15.30	10'		Hola hoop	Pada kegiatan bermain hola hoop, orangtua dan anak bermain secara bersamaan, bisa menggunakan musik. Orangtua dan anak berlomba bermain hola hoop terlama itu yang menjadi pemenang.	Orangtua dan anak melakukan permainan hola hoop bersama.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lingkaran hola hoop</li> </ul>	

Sesi 5 : Minggu, 28 Januari 2018					
Tempat : Rumah masing-masing subjek intervensi					
Waktu	Durasi	Subsesi	Kegiatan	Tujuan	Media
14.00 — 19.30	15'  @10 subjek	<i>Monitoring dan Evaluasi</i>	Fasilitator melakukan pemantauan terkait kegiatan intervensi yang kemudian selanjutnya dilakukan evaluasi dari apa yang sudah dilakukan oleh subjek intervensi dalam jangka waktu satu minggu intervensi.	Mengetahui sejauh mana hasil dari pengalihan penggunaan <i>gadget</i> dengan menggunakan metode kegiatan fisik berupa permainan yang telah diberikan serta untuk mengetahui keefektifan metode ini	- <i>Remind card</i> - Alat tulis
Total	150'				-

## ALUR KEGATAN



## PENJABARAN KEGIATAN

### SESI I (PSIKOEDUKASI)

#### Subsesi I

A. Nama Kegiatan : Pembukaan

Kegiatan yang dilakukan diawali dengan fasilitator memperkenalkan diri dan menjelaskan rangkaian kegiatan yang akan dilakukan dengan tertib.

B. Tujuan Kegiatan

Mengawali kegiatan intervensi.

C. Waktu

Kegiatan akan dilaksanakan selama 15 menit dari pukul 08.30-08.45.

D. Peserta

Peserta kegiatan ini adalah warga lingkungan RW 4, khususnya anak-anak sekolah dasar dengan usia 8-10 tahun berjumlah 10 orang.

E. Peralatan yang dibutuhkan

Peralatan yang dibutuhkan dalam melaksanakan kegiatan ini :

- Laptop
- LCD + *projector*
- *Speaker*

F. Prosedur Kegiatan

1. Salam pembuka

"Assalamualaikum wr.wb. Selamat pagi/siang/sore, adik-adik. Apakabar semuanya ? baik ya. Oke, sebelumnya adik-adik masih inget kakak-kakak semuanya? Tak kenal maka tak sayang. Baiklah, kakak-kakak semuanya akan memperkenalkan diri kembali ya. Perkenalkan nama kakak.. Kakak-kakak semua adalah mahasiswa mahasiswi Universitas Muhammadiyah Malang jurusan Psikologi."

2. Penyampaian rangkaian kegiatan

"Nah, adik-adik semua kan sudah pada kenal kakak-kakak semua nih. Adik-adik pada tau nggak kenapa adik-adik semua ada

diruangan ini bersama kakak-kakak sekalian ? Ya, kita akan belajar bersama di ruangan ini. Kegiatannya akan dilakukan selama dua hari nih adik-adik. Hari.... akan berlangsung kurang lebih...dan hari...akan berlangsung... Jadi kakak minta kesediaannya adik-adik ya untuk bekerja sama agar kegiatan kita kedepan bisa berjalan dengan lancar. Di harapkan adik-adik bisa mengikuti kegiatan dengan baik ya. Kita bakal belajar dan seru-seruan bareng. Setuju ? Dari sini ada yang mau adik-adik tanyakan ?”

G. *Feedback*

Dalam kegiatan ini ditekankan pada pendekatan mahasiswa dengan adik-adik RW 4 agar dapat terjalin keakraban dan akhirnya kegiatan dapat berjalan sesuai tujuan.

**Subsesi II**

A. Nama Kegiatan : *ice breaking* (pensil berjalan)

Peserta mendengarkan lagu sambil mengoper pensil searah jarum jam kepada teman disampingnya. Ketika lagu berhenti, peserta yang memegang bola diminta untuk memperkenalkan diri.

B. Tujuan Kegiatan

Kegiatan ini dilakukan untuk mencairkan suasana dan mengakrabkan peserta dan agar saling mengenal satu sama lain.

C. Waktu

Kegiatan akan dilaksanakan selama 5 menit dari pukul 08.45-08.50.

D. Peserta

Peserta kegiatan ini adalah warga lingkungan RW 4, khususnya anak-anak sekolah dasar dengan usia 8-10 tahun berjumlah 10 orang.

E. Peralatan yang dibutuhkan

Peralatan yang dibutuhkan dalam melaksanakan kegiatan ini :

- Pensil
- Lagu

F. Prosedur Kegiatan

“Adik-adik, kita akan bermain bersama nih. Kakak punya satu pensil. Nanti, kakak yang itu akan menyetel sebuah lagu. Sebelumnya ayo kita buat lingkaran terlebih dahulu. Nah, saat lagu berbunyi, pensil terus berjalan dioper ke teman yang ada di samping kanan adik-adik. Ketika lagu berhenti, siapa yang pensilnya berhenti di salah satu dari kalian, misalkan berhenti di adik ini, nah dia diminta untuk menyebutkan nama dan hobby. Jadi nanti dihapalin ya nama temen-temennya. Kakak bakal menanyakan diakhir permainan ini. Oke ? Udah siap? Musik...Nah berhenti di kamu..ayo sebutkan nama. Oke adik-adik nama temen kalian yang ini siapa ? Oke lanjut gak nih? Lanjut kak...”

G. *Feedback*

Dalam kegiatan ini diharapkan adik-adik bisa saling mengenal dan makin akrab satu sama lain agar nantinya dapat bermain bersama di lingkungan RW 4.

**Subsesi III**

A. Nama Kegiatan : Pengantar

Fasilitator membuka kegiatan dengan menggunakan boneka tangan untuk menjelaskan tentang *smartphone*.

B. Tujuan kegiatan

Sebagai pengantar sebelum pemutaran video.

C. Waktu

Dilaksanakan selama 5 menit pada pukul 08.50 — 08.55 WIB.

D. Peserta

Peserta kegiatan ini adalah warga lingkungan RW 4, khususnya anak-anak sekolah dasar dengan usia 8-10 tahun berjumlah 10 orang.

E. Peralatan yang dibutuhkan :

- Boneka tangan

F. Prosedur kegiatan :

“Nah, tadi kan sudah saling mengenal dengan kakak-kakaknya juga dengan teman-temannya. Sekarang kita lanjut ke kegiatan berikutnya. Sudah siap?.. Di sini nanti adik-adik akan ditemani oleh 2 teman kakak (boneka tangan). Nanti teman kakak ini yang akan menjelaskan seputar *smartphone* pada adik-adik semua. Yuk disimak!”

“Assalamualaikum adik-adik semua. Perkenalkan nama saya (boneka 1) dan ini teman saya (boneka 2). Sudah pada kenal dengan kita kenal juga tidak dengan *smartphone*? Ada yang bisa menjelaskan apa sih *smartphone* itu?.... Ya, tepat sekali. Selain yang sudah disebutkan adik-adik tadi, *gadget* itu juga termasuk televisi, tablet, dan laptop. Menurut adik-adik, bahaya tidak kalau kita terlalu sering menggunakan *smartphone* dalam waktu yang lama?... Ada yang bisa bantu menjelaskan apa saja bahaya yang akan muncul?... Wah, jawabannya benar semua. Nah, biar lebih tau lebih jauh bahaya penggunaan *smartphone*, kita nonton video dulu yuk!”

G. *Feedback*

Pada sesi ini, pengantar bernilai penting sebagai pemahaman awal peserta terkait materi yang akan diberikan dan juga sebagai tahap awal sebelum menuju sesi selanjutnya.

**Subsesi IV**

A. Nama kegiatan : Pemutaran video

Peserta menyaksikan video yang ditayangkan kemudian fasilitator memberi penjelasan terkait video tersebut.

B. Tujuan kegiatan

Peserta mengetahui dampak yang ditimbulkan dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan.

C. Waktu

Dilaksanakan selama 10 menit pada pukul 08.55 — 09.05 WIB.



D. Peserta

Peserta kegiatan ini adalah warga lingkungan RW 4, khususnya anak-anak sekolah dasar dengan usia 8-10 tahun berjumlah 10 orang.

E. Peralatan yang dibutuhkan

- Laptop
- LCD + proyektor
- Speaker
- Video (materi)
- Boneka tangan

F. Prosedur kegiatan

Terdapat beberapa video yang akan ditayangkan, di mana setiap satu video selesai ditayangkan maka fasilitator akan memberikan penjelasan terkait video tersebut dan ketika sudah selesai ditayangkan semua "Video pertama sudah selesai, seru apa tidak videonya? Tapi, adik-adik sudah faham belum dengan maksud videonya? Coba yang sudah bilang faham membantu menjelaskan ke teman-temannya!.. sekarang lanjut video selanjutnya ya?... Jadi, dari beberapa video tadi apa saja dampak dari penggunaan bermain *smartphone* ? ..... Nah, agar adik-adik lebih tau dan mengerti lagi tentang dampak penggunaan *smartphone*, Ada sebuah cerita dari kami berdua. Jangan kemana-mana! Tetap fokus dan konsentrasi ya"

G. *Feedback* :

Pada sesi ini, melalui beberapa video anak-anak akan lebih mengetahui apa saja dampak yang ditimbulkan terkait penggunaan *smartphone* yang berlebihan.

**Subsesi V**

A. Nama kegiatan : *Story telling*

Fasilitator menceritakan sebuah situasi terkait penggunaan *smartphone* pada anak dengan menggunakan boneka tangan.

B. Tujuan kegiatan

Memberikan contoh dampak penggunaan *smartphone* pada anak dalam situasi sehari-hari.

C. Waktu

Dilaksanakan selama 5 menit pada pukul 09.05 — 09.10 WIB.

D. Peserta

P Peserta kegiatan ini adalah warga lingkungan RW 4, khususnya anak-anak sekolah dasar dengan usia 8-10 tahun berjumlah 10 orang.

E. Peralatan yang dibutuhkan :

- Boneka tangan
- Naskah

F. Prosedur kegiatan :

Fasilitator akan menceritakan sebuah situasi tentang dampak penggunaan *smartphone* yang berlebihan dalam situasi sehari-hari (jalan cerita terdapat pada naskah).

G. *Feedback* :

Sesi kali ini memberi penekanan, agar anak semakin mengerti dan memahami lagi dampak penggunaan *smartphone* melalui *story telling* yang berkaitan dengan keseharian mereka.

**Subsesi VI**

A. Nama kegiatan : Penutup

Fasilitator memberikan kesimpulan dan *feedback* terkait kegiatan yang sudah dilakukan.

B. Tujuan kegiatan

Menutup kegiatan intervensi hari pertama.

C. Waktu

Dilaksanakanselama 5 menit pada pukul 09.10 — 09.15 WIB.

D. Peserta

Peserta kegiatan ini adalah warga lingkungan RW 4, khususnya anak-anak sekolah dasar dengan usia 8-10 tahun berjumlah 10 orang.

E. Peralatan yang dibutuhkan

- *Microphone*
- *Speaker*

F. Prosedur kegiatan :

“Wah, tak terasa sudah hampir satu jam ya kita belajar dan bermain bersama. Apa saja yang sudah didapat hari ini? ..... karena adik-adik tadi sudah menonton video dan mendengarkan cerita dari 2 teman kakak. Nantinya, kalau bermain *smartphone* harus lebih ingat waktu ya, agar adik-adik tidak merasakan bahaya dari *smartphone* jika digunakan dengan berlebihan. Nah, tadi kan kita sudah belajar dari video tersebut. Habis ini kita bakal bermain bersama, tapi adik-adik bermainnya tidak boleh berebut ya dan harus tertib, setuju ? Oke, kita keluar kelas yuk, kita main diluar.”

G. *Feedback* :

Menyimpulkan isi video dan menutup kegiatan yang telah dilakukan, kemudian memulai sesi berikutnya yaitu bermain.

## **SESI II (*Gaming* atau Permainan Fisik Pada Anak)**

### **Subsesi I**

A. Nama kegiatan : *Roleplay*

Fasilitator akan memberi penjelasan terkait permainan yang akan dilakukan, pembagian pos-pos permainan dan bagaimana cara memainkan permainan tersebut.

B. Tujuan kegiatan :

Peserta mampu memahami cara bermain dari permainan yang akan dilakukan.

C. Waktu :

Kegiatan akan dilaksanakan selama 15 menit dari pukul 09.15-09.30 WIB.

D. Peserta :

Peserta kegiatan ini adalah warga lingkungan RW 4, khususnya anak-anak sekolah dasar dengan usia 8-10 tahun berjumlah 10 orang.

E. Peralatan yang dibutuhkan :

- *Microphone*
- *Speaker*
- Laptop
- Kamera
- Papan Ular Tangga (*Banner*)
- Bambu Rangku Alu

F. Prosedur kegiatan :

Adek-adek kita akan memainkan 2 permainan hari ini yang pertama adalah ular tangga dan yang kedua adalah rangku alu. Adek-adek akan dibagi menjadi 2 kelompok untuk main dipos 1 dan 2 yang mana nanti akan saling bergantian untuk memainkan permainannya. Sebelum adek-adek bermain, kakak-kakak yang didepan akan memberi contoh bagaimana cara bermainnya. “pertama saat bermain ular tangga adek-adek akan melemparkan dadu untuk dapat nomer angka berapa yang mana angka tersebut akan menjadi urutan adek-adek saat bermain sebagai pemain pertama kedua dan seterusnya. Lalu pemain pertama akan melemparkan dadu lagi dan melangkah ikuti angka pada papan permainan yang mana jumlah langkahnya adalah angka yang didapat pada dadu yang sudah dilemparkan tadi..... pada permainan rangku alu, adek-adek akan dibagi siapa yang jaga dan siapa yang main, yang jaga adalah yang memegang bambu dan yang main adalah yang akan melompat, dan nanti akan bergantian siapa yang jaga dan yang main. Pada kelompok yang jaga akan menggerakkkan bambu (dengan mencontohkan 4 orang jongkok membentuk bidang persegi memegang dua bambu) sambil menyanyikan lagu. Anak yang dapat giliran menjadi anak yang main akan melompat menari sambil menghindari jepitan bambu.....”

G. *Feedback* :

Para peserta mengerti dan memahami cara bermain permainan yang akan dilakukan yakni ular tangga (*human size*) dan rangku alu.

**Subsesi II**

A. Nama kegiatan : Permainan Ular Tangga (*human size*) dan Rangku Alu  
Peserta akan memainkan permainan ular tangga *human size* yang berada pada pos ular tangga, dan memainkan permainan rangku alu pada pos rangku alu yang sudah disediakan oleh fasilitator.

B. Tujuan kegiatan :

Peserta melakukan aktivitas fisik sebagai bentuk pengalihan dari penggunaan *smartphone*..

C. Waktu :

Kegiatan akan dilaksanakan selama 45 menit dari pukul 09.30-10.15 WIB.

D. Peserta :

Peserta kegiatan ini adalah warga lingkungan RW 4, khususnya anak-anak sekolah dasar dengan usia 8-10 tahun berjumlah 10 orang.

E. Peralatan yang dibutuhkan :

- *Microphone*
- *Speaker*
- Papan Ular Tangga (*Banner*)
- Bambu Rangku Alu

F. Prosedur kegiatan :

1. Ular Tangga (*human size*)

Peserta memainkan permainan ular tangga seperti yang telah dicontohkan oleh fasilitator. "ayo adik-adik sekarang kita menentukan dahulu urutan yang bermain terlebih dahulu dengan cara mengkocok dadunya yaa... siapa yang mendapat dadu dengan angka paling tinggi maka dia yang mendapatkan kesempatan menjalankan pion pertama kali..... oke sudah terdapat urutan bermainnya ya, yang mendapat urutan pertama

silahkan menjalankan pion terlebih dahulu dengan cara mengkocok dadunya lalu jalankan pion dan majulah ke beberapa kotak sesuai dengan angka yang muncul dalam dadu. Misalkan : dadu menunjukkan angka 2 maka pindahkan pion dua kotak ke kotak nomor 2. Dari sini apakah ada yang ingin ditanyakan adik-adik?..... jika adik-adik mendapatkan kotak yang terdapat tangga, maka adik-adik dapat naik ke kotak yang lebih tinggi dengan cepat sesuai dengan kotak yang ditunjukkan oleh ujung tangga. Jika adik-adik mendapat kotak yang terdapat kepala ular maka adik-adik harus turun sesuai dengan kotak yang terdapat buntut ular tersebut. Apakah ada yang ingin ditanyakan?"

## 2. Rangku Alu

Peserta memainkan permainan rangku alu seperti yang sudah dicontohkan. "adek-adek seperti yang sudah dicontohkan kakak-kakak tadi cara bermainnya..... Adik-adik akan dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok main dan kelompok jaga. Nanti tugas kelompok jaga adalah menggerak-gerakkan bambu yang terdiri dari 4 orang yang jongkok membentuk bidang persegi dan memegang dua bambu yang dibuka tutup sambil menyanyikan sebuah lagu. Tugas untuk kelompok main adalah mendapatkan giliran menari sambil menghindari jepitan bambu yang digerakkan oleh kelompok jaga. Adik-adik nanti akan menari masuk dalam bidang persegi yang digerakkan oleh kelompok jaga dan melompat-lompat sesuai irama buka-tutup bambu. Baik sebelumnya kakak-kakak contohnya terlebih dahulu yaa....."

## G. *Feedback* :

Para peserta diharapkan akan mengerti dan memainkan permainan yang telah diberikan. Dalam kegiatan ini ditekankan pada pengalihan penggunaan *smartphone*, dimana anak-anak akan melakukan aktivitas fisik dengan bermain bersama teman-teman sebayanya.

### **Subsesi III**

**A. Nama Kegiatan : Penutup**

Fasilitator memberikan kesimpulan dan *feedback* terkait kegiatan yang sudah dilakukan.

**B. Tujuan Kegiatan**

Kegiatan ini dilakukan untuk menutup seluruh kegiatan intervensi yang telah dilakukan.

**C. Waktu :**

Kegiatan akan dilaksanakan selama 5 menit dari pukul 10.15-10.20.

**D. Peserta :**

Peserta kegiatan ini adalah warga lingkungan RW 4, khususnya anak-anak sekolah dasar dengan usia 8-10 tahun berjumlah 10 orang.

**E. Peralatan yang dibutuhkan: -**

**F. Prosedur Kegiatan**

“Adik-adik, serangkaian permainan tadi telah kita lakukan yaa... bagaimana adik-adik senang hari ini? Terasa capek tidak? Permainan hari ini seru tidak? Dari permainan yang dilakukan tadi kita mendapatkan..... baik, sebelum kita akhiri pertemuan kita hari ini alangkah lebih baiknya kita berdoa terlebih dahulu, berdoa mulai..... selesai..... Adik-adik, kakak-kakak disini memohon maaf ya apabila selama kegiatan ini berlangsung ada salah kata dari kakak-kakak yaaa... jangan lupa belajar, selalu tersenyum ya adik-adik.... terimakasih. Wassalamualaikum wr.wb

**G. *Feedback***

Dalam kegiatan ini ditekankan pada mengakhiri proses intervensi.

### **SESI III (PSIKOEDUKASI PADA ORANG TUA)**

#### **Subsesi I**

**A. Nama Kegiatan : Pemberian materi *print out***

Kegiatan yang dilakukan diawali dengan fasilitator memperkenalkan diri, menjelaskan rangkaian kegiatan yang akan dilakukan, dan menjelaskan sedikit terhadap materi yang telah diberikan kepada orangtua berupa *print out*.

B. Tujuan Kegiatan

Memberikan gambaran kepada orangtua tentang bahaya penggunaan *smartphone* berlebih pada anak dibawah umur Waktu

C. Waktu

Kegiatan akan dilaksanakan selama 20 menit pada @10 subjek dimulai pukul 12.00-15.20.

D. Peserta

Peserta kegiatan ini adalah *significant other* (orangtua/tante,/nenek, dll) dari warga lingkungan RW 4, khususnya anak-anak sekolah dasar dengan usia 8-10 tahun berjumlah 10 orang.

E. Peralatan yang dibutuhkan

Peralatan yang dibutuhkan dalam melaksanakan kegiatan ini :

- Materi
- *Remind card*
- Permainan
- *Informed concern*

F. Prosedur Kegiatan

"Assalamualaikum wr.wb. Selamat pagi, ibu/bapak/mas/ mbak. Perkenalkan nama saya adalah..dari mahasiswi Universitas Muhammadiyah Malang jurusan Psikologi. Pada kesempatan kali ini, saya akan memberikan selebar brosur terkait materi penggunaan *smartphone* berlebihan pada anak, khususnya pada anak sekolah dasar usia 8-10 tahun. Pemberian brosur/flayer ini saya berikan untuk bapak/ibu sebagai menambah pengetahuan terkait dengan penggunaan *smartphone* pada anak sekolah dasar, khususnya pada anak usia 8-10 tahun. Sebelumnya, apakah bapak/ibu mengetahui bahaya pemberian *smartphone* pada anak usia dibawah usia 12 tahun ? Sebenarnya menurut penelitian yang ada.....seperti itu. Apakah ada



yang ingin ditanyakan bapak/ibu ? Baik, kalau tidak ada. Semoga materi *print out* ini dapat bermanfaat untuk bapak/ibu.”

G. *Feedback*

Dalam kegiatan ini ditekankan pada pendekatan mahasiswa dengan warga RW 4 agar dapat terjalin keakraban dan akhirnya kegiatan dapat berjalan sesuai tujuan.

**Subsesi II**

A. Nama Kegiatan : Sosialisasi *Remind Card*

Fasilitator memberikan penjelasan terkait kegiatan yang akan dilaksanakan dan menjelaskan cara penggunaan *remind card* kepada *significant other* (orangtua/tante/nenek, dll).

B. Tujuan Kegiatan

Kegiatan ini dilakukan untuk memberikan pengarahan kepada *significant other* terkait penggunaan *remind card*.

C. Waktu :

Kegiatan akan dilaksanakan selama 20 menit pada @10 subjek dimulai pukul 12.00-15.30.

D. Peserta :

Peserta kegiatan ini adalah *significant other* (orangtua/tante,/nenek, dll) dari warga lingkungan RW 4, khususnya anak-anak sekolah dasar dengan usia 8-10 tahun berjumlah 10 orang.

E. Peralatan yang dibutuhkan:

- Materi
- *Remind card*
- Permainan
- *Informed concern*

F. Prosedur Kegiatan

“Pada kesempatan kali ini kami akan menjelaskan kegiatan yang akan kami lakukan. Disini bapak/ibu/mbak akan diberikan kartu. Ini kita sebut kartu kendali. Kegunaan kartu ini adalah....Kartu kendali ini

adalah sebagai alat untuk mengontrol kegiatan. Pada kegiatan ini ada tiga permainan, yaitu rangku alu, ular tangga dan hola hop. Nah, karena kegiatan ini adalah suatu penelitian, bapak/ibu/mbak diminta kerjasamanya untuk mengontrol kegiatan anak pada saat bermain. Ini digunakan sebagai media pengalihan anak terhadap penggunaan *gadget*. Kegiatan ini akan dimulai pada tanggal...sampai tanggal...Dalam kegiatan ini akan berlangsung selama seminggu. Ketentuannya adalah anak diminta bisa bermain ketiga permainan yang disediakan...Nanti kartu kendali ini lah yang akan menjadi bukti bahwa anak telah bermain...minimal anak bisa bermain sebanyak 4 kali dalam seminggu..”

G. *Feedback*

Dalam kegiatan ini diharapkan orangtua dapat menjalankan *remain card* dengan baik, dan permainan dapat digunakan sebagai media pengalihan penggunaan *smartphone*.

**SESI IV (PARENT-CHILD GAMES)**

A. Nama Kegiatan : *Parent-Child Games*

Peserta akan melakukan minimal 4 aktivitas fisik (misalnya ular tangga, hola hoop, bersepeda, dll) selama jangka waktu satu minggu yang kemudian dicatat oleh *significant other* pada *remind card*.

B. Tujuan Kegiatan

Kegiatan ini dilakukan untuk mengalihkan anak dari menggunakan *smartphone* ke aktivitas fisik sehingga menurunkan intensitas penggunaan pada *smartphone*.

C. Waktu

Kegiatan akan dilaksanakan selama jangka waktu satu minggu dimana anak akan mulai dicatat melakukan aktivitas fisik mulai dari jam 15.00-16.00.

D. Peserta

Peserta kegiatan ini adalah warga lingkungan RW 4, khususnya anak-anak sekolah dasar dengan usia 8-10 tahun berjumlah 10 orang serta *significant other*.

E. Peralatan yang dibutuhkan

Peralatan yang dibutuhkan dalam melaksanakan kegiatan ini :

- Alat tulis
- Ular tangga
- Hula hoop
- *Remind card*

F. Prosedur Kegiatan

1. Peserta melakukan minimal 4 aktivitas fisik (misalnya bermain ular tangga, hula hoop, bersepeda, dll) dalam jangka waktu yang sudah ditentukan.
2. *Significant other* membuat catatan pada *remind card*.

G. *Feedback*

Dalam kegiatan ini peserta bisa melakukan minimal 4 aktivitas fisik selama jangka waktu yang telah sehingga intensitas penggunaan *smartphone* secara tidak langsung akan menurun.

#### **SESI IV (MONITORING DAN EVALUASI)**

A. Nama Kegiatan : *Monitoring* dan Evaluasi

Fasilitator melakukan pemantauan terkait kegiatan intervensi yang kemudian selanjutnya dilakukan evaluasi dari apa yang sudah dilakukan oleh subjek intervensi dalam jangka waktu satu minggu intervensi.

B. Tujuan Kegiatan

Tujuannya yaitu untuk mengetahui sejauh mana hasil dari pengalihan penggunaan *smartphone* dengan menggunakan metode kegiatan fisik berupa permainan yang telah diberikan serta untuk mengetahui pengaruh metode ini terhadap pengurangan kecanduan *smartphone* pada anak.

C. Waktu

Kegiatan ini akan dilaksanakan selama 15 menit pada masing-masing *significant other* dan subjek intervensi (anak).

D. Peserta

Peserta kegiatan ini adalah warga lingkungan RW 1, khususnya anak-anak sekolah dasar mulai umur 8-10 tahun berjumlah 10 orang dan *significant other*.

E. Peralatan yang dibutuhkan

- *Remind card*
- Kamera
- Alat tulis

F. Prosedur Kegiatan

1. Fasilitator melakukan pengecekan *remind card* yang sudah dibagikan sebagai bentuk monitoring berjalannya intervensi selama satu minggu di rumah.
2. Melakukan evaluasi dari hasil intervensi melalui wawancara dengan *significant other*.  
“Bagaimana Bu/Pak/Mas/Mbak kegiatan adik .... Selama seminggu ini? Apakah ada kendala yang di dapatkan selama melakukan kegiatan?.....”

G. Feedback

Dalam kegiatan ini diharapkan peserta dapat menurunkan *smartphone addiction* dengan mengalihkan pada bermain permainan yang melibatkan kegiatan fisik.

## Lampiran 2 : *Informed Concern*



### LABORATORIUM PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG MALANG

---

#### KESEDIAAN TERTULIS (INFORMED CONCENT)

Nama saya adalah Azalia Putri Ramanda, NIM : 201410230311323, yang saat ini menjadi mahasiswa program Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. Saya adalah mahasiswa yang sedang melakukan penelitian untuk memenuhi tugas akhir (skripsi). Dengan dosen pembimbing Dr. Iswinarti, M. Si dan Uun Zulfiana, M. Psi. Pada kesempatan ini, saya mohon kesediaan Anda sebagai orangtua untuk mengizinkan putra/putri Anda menjadi subjek saya dalam kegiatan penelitian skripsi ini.

Setelah membaca penjelasan tertulis diatas, saya menyadari bahwa, Azalia Putri Ramanda, NIM : 201410230311323, nomor *Handphone* 081310983852 adalah mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, dibawah bimbingan dosen pembimbing Dr. Iswinarti, M. Si dan Uun Zulfiana, M. Psi. Saya memutuskan putra/putri saya menjadi subjek untuk (**Bersedia/TidakBersedia**\*) berpartisipasi dalam kegiatan penelitian ini (\*coret salah satu)

Malang, 19 Januari 2018

Mahasiswa

Orangtua

(\_\_\_\_\_)

(\_\_\_\_\_)

### **Lampiran 3 : *Smartphone Addiction Scale (SAS)* yang Digunakan Peneliti**

#### **PENGANTAR**

Dengan hormat, saya Azalia Putri Ramanda (NIM 201410230311323) adalah mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang sedang melakukan penelitian guna penyusunan skripsi. Angket/skala yang akan saudara/i isi ini tidak ada kaitannya dengan prestasi dan kinerja saudara. Oleh sebab itu, dimohon tidak ragu dalam menjawab pertanyaan yang tersedia dan isi dengan kesungguhan Anda karena jawaban Anda merupakan penentu kualitas penelitian ini. Atas kerjasama dan perhatian Anda, saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

Azalia Putri Ramanda



### **PETUNJUK PENGISIAN**

1. Skala ini bukanlah kegiatan tes, sehingga pengisiannya tidak ada jawaban benar/salah atau baik/buruk.
2. Isilah identitas Anda dengan lengkap.
3. Pilihlah salah satu jawaban yang paling sesuai dengan keadaan atau kondisi Anda saat ini. Pilihan yang Anda pilih terdiri dari :  
    **SS : Sangat Sesuai**  
    **S : Sesuai**  
    **TS : Tidak Sesuai**  
    **STS : Sangat Tidak Sesuai**
4. Bacalah dengan teliti, sehingga tidak ada satu nomor yang terlewat dalam proses mengisi skala ini.
5. Gunakan tanda silang (X) pada jawaban yang Anda pilih.

**Nama lengkap :**

**Jenis kelamin : P / L (lingkari yang sesuai)**

**Usia : th**

**Alamat :**

**Sekolah :**

***Berilah tanda silang (X) pada salah satu jawaban di kolom ini sesuai dengan diri Anda!***

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Tugas saya menjadi tertunda ketika menggunakan <i>smartphone</i>				
2.	Suasana hati saya menjadi nyaman dan tenang ketika menggunakan <i>smartphone</i>				
3.	Saya kembali bersemangat ketika ada waktu santai untuk menggunakan <i>smartphone</i>				
4.	Kepercayaan diri saya meningkat saat menggunakan <i>smartphone</i>				
5.	Stress menjadi berkurang dan hilang ketika saya menggunakan <i>smartphone</i>				
6.	Terkadang <i>smartphone</i> lebih menyenangkan daripada yang lain				
7.	Hidup saya menjadi lebih berarti ketika saya memiliki <i>smartphone</i>				
8.	Merasa lebih bebas ketika menggunakan				

	<i>smartphone</i>				
9.	Menggunakan <i>smartphone</i> merupakan hal yang paling menyenangkan untuk dilakukan				
10.	Tidak bisa hidup tanpa <i>smartphone</i>				
11.	Saya menjadi tidak sabar dan gelisah ketika tidak memegang <i>smartphone</i>				
12.	Saya kembali kerumah untuk mengambil <i>smartphone</i> yang tertinggal				
13.	Saya tetap menggunakan <i>smartphone</i> walaupun saya tahu bahwa kehidupan saya banyak dipengaruhi oleh <i>smartphone</i>				
14.	Saya menjadi kesal ketika diganggu saat menggunakan <i>smartphone</i>				
15.	Saya tetap membawa <i>smartphone</i> walaupun sedang terburu-buru menuju toilet				
16.	Saya senang bisa bertemu dengan banyak orang melalui media <i>smartphone</i>				
17.	Hubungan saya dengan teman-teman melalui <i>smartphone</i> (dunia maya) lebih akrab dan erat daripada hubungan saya dengan teman sehari-hari (dunia nyata)				
18.	<i>Smartphone</i> bisa menjadi teman disaat saya sendiri				
19.	Teman-teman di <i>smartphone</i> lebih mengerti saya daripada teman-teman dalam kehidupan sehari-hari saya				
20.	Saya memeriksa media sosial di <i>smartphone</i> supaya tidak ketinggalan obrolan dengan yang lain.				
21.	Ketika bangun tidur, saya mencari dan memeriksa <i>smartphone</i> saya				
22.	Ketika sedang berkumpul bersama-sama, saya pernah mengabaikan teman karena asik menggunakan <i>smartphone</i>				
23.	Saya sering <i>browsing</i> mencari jawaban tugas melalui <i>smartphone</i> daripada bertanya kepada orang lain				
24.	Saya terkadang menggunakan <i>smartphone</i> lebih lama dari yang saya rencanakan				



		SS	S	TS	STS
25.	Saya menggunakan <i>smartphone</i> kembali, sesaat setelah saya meletakkan				
26.	Saya merasa sulit untuk mempersingkat waktu dalam menggunakan <i>smartphone</i>				
27.	Selalu berpikir untuk mengurangi durasi waktu penggunaan <i>smartphone</i>				

### Kegiatan di *Smartphone*

Isilah dengan menggunakan tanda silang (X) pada jawaban yang sesuai dengan diri Anda. Boleh lebih dari satu jawabannya!

- Media sosial
  - a. Facebook
  - b. Ask.fm
  - c. Instagram
  - d. Twitter
  - e. Path
  - f. Dan lainnya.....
- Pesan
  - a. Line
  - b. Whatsapp
  - c. WeChat
  - d. BBM
  - e. Email

☐ *Game online*

☐ *Streaming* (nonton Youtube)

☐ *Browsing* (cari sumber tugas di internet, dll)

### Rata-rata penggunaan *smartphone* perhari

- a. 0 – 1 jam
- b. 1 - 3 jam
- c. 3 - 5 jam
- d. Lebih dari 5 jam

TERIMA KASIH ☺

**Lampiran 4 : Hasil *Tryout* Uji Validitas dan Reliabilitas Skala *Smartphone Addiction***

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	80	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	80	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.861	33

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ITEM_1	79.0125	222.747	.287	.859
ITEM_2	79.2375	225.956	.154	.863
ITEM_3	79.1500	224.787	.175	.863
ITEM_4	79.0750	226.399	.139	.863
ITEM_5	79.2375	229.145	.061	.865
ITEM_6	78.8125	213.015	.583	.852
ITEM_7	78.6125	218.848	.463	.856
ITEM_8	79.3375	221.923	.298	.859
ITEM_9	79.1875	220.737	.327	.859
ITEM_10	78.9875	216.266	.484	.855
ITEM_11	79.0250	216.202	.508	.854
ITEM_12	79.1875	219.369	.401	.857
ITEM_13	79.2625	214.956	.518	.854
ITEM_14	79.5625	212.680	.531	.853
ITEM_15	79.3125	220.142	.360	.858
ITEM_16	79.5875	210.954	.634	.851
ITEM_17	79.4750	218.379	.408	.857
ITEM_18	79.2750	222.784	.273	.860
ITEM_19	79.9625	220.011	.385	.857
ITEM_20	78.6375	219.373	.415	.856
ITEM_21	79.1000	218.218	.390	.857
ITEM_22	78.8000	217.959	.435	.856

ITEM_23	79.5000	214.608	.579	.853
ITEM_24	79.4125	218.777	.390	.857
ITEM_25	79.4500	212.352	.575	.852
ITEM_26	79.7375	219.943	.387	.857
ITEM_27	79.2750	218.961	.333	.859
ITEM_28	79.5750	227.437	.140	.863
ITEM_29	79.5375	217.821	.428	.856
ITEM_30	79.2500	216.139	.473	.855
ITEM_31	79.3125	222.268	.295	.859
ITEM_32	79.2125	221.815	.274	.860
ITEM_33	79.5000	224.861	.188	.862

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	80	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	80	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.883	27

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
ITEM_1	64.3625	197.880	.254	.884
ITEM_6	64.1625	184.796	.692	.873
ITEM_7	63.9625	191.581	.533	.877
ITEM_8	64.6875	195.762	.313	.882
ITEM_9	64.5375	194.226	.355	.881
ITEM_10	64.3375	190.302	.505	.878
ITEM_11	64.3750	190.744	.511	.878
ITEM_12	64.5375	193.543	.411	.880
ITEM_13	64.6125	189.354	.528	.877
ITEM_14	64.9125	189.068	.481	.878
ITEM_15	64.6625	193.644	.391	.880

ITEM_16	64.9375	186.161	.625	.875
ITEM_17	64.8250	190.855	.477	.878
ITEM_18	64.6250	196.060	.306	.882
ITEM_19	65.3125	194.015	.399	.880
ITEM_20	63.9875	192.620	.460	.879
ITEM_21	64.4500	190.782	.454	.879
ITEM_22	64.1500	190.939	.490	.878
ITEM_23	64.8500	188.838	.598	.876
ITEM_24	64.7625	192.513	.414	.880
ITEM_25	64.8000	187.377	.569	.876
ITEM_26	65.0875	194.157	.394	.880
ITEM_27	64.6250	193.377	.334	.882
ITEM_29	64.8875	192.126	.435	.879
ITEM_30	64.6000	190.041	.498	.878
ITEM_31	64.6625	198.024	.242	.884
ITEM_32	64.5625	197.211	.238	.884

No.	Aspek	No. Item Valid	No. Item Tidak Valid	Indeks Validitas
1.	<i>Daily life disturbance</i>	1	2,3,4,5	0,238-0,692
2.	<i>Positive anticipation</i>	6,7,8,9,10,11,12,13	-	
3.	<i>Withdrawal</i>	14,15,16,17,18,19	-	
4.	<i>Cyberspace oriented relationship</i>	20,21,22,23,24,25,26	-	
5.	<i>Overuse</i>	27, 29,30	28	
6.	<i>Tolerance</i>	31,32	33	

No.	Aspek	Item
1.	<i>Daily life disturbance</i>	1. Pekerjaan saya menjadi tertunda ketika menggunakan <i>Smartphone</i>
		2. Saya sulit berkonsentrasi saat berada di kelas dan mengerjakan tugas karena menggunakan <i>smartphone</i>
		3. Kepala saya menjadi pusing dan mata terasa kabur karena penggunaan <i>smartphone</i>
		4. Leher saya menjadi pegal dan capek ketika menggunakan <i>smartphone</i>

		<b>5. Tidur saya menjadi terganggu karena saya menggunakan <i>smartphone</i></b>
2.	<i>Positive Anticipation</i>	6. Suasana hati saya menjadi nyaman dan tenang ketika menggunakan <i>smartphone</i>
		7. Saya kembali bersemangat ketika ada waktu luang untuk menggunakan <i>smartphone</i>
		8. Kepercayaan diri saya meningkat saat menggunakan <i>smartphone</i>
		9. Stress menjadi berkurang dan hilang ketika saya menggunakan <i>smartphone</i>
		10. Terkadang <i>smartphone</i> lebih menyenangkan daripada yang lain
		11. Hidup saya menjadi lebih bermakna ketika saya memiliki <i>smartphone</i>
		12. Merasa lebih bebas ketika menggunakan <i>smartphone</i>
		13. Menggunakan <i>smartphone</i> merupakan hal yang paling menyenangkan untuk dikerjakan
3.	<i>Withdrawal</i>	14. Tidak bisa hidup tanpa <i>smartphone</i>
		15. Saya menjadi tidak sabar dan gelisah ketika tidak memegang <i>smartphone</i>
		16. Saya kembali kerumah untuk mengambil <i>smartphone</i> yang tertinggal
		17. Saya tetap menggunakan <i>smartphone</i> walaupun saya tahu bahwa kehidupan saya banyak dipengaruhi oleh <i>smartphone</i>
		18. Saya menjadi kesal ketika diganggu saat menggunakan <i>smartphone</i>
		19. Saya tetap membawa <i>smartphone</i> walaupun sedang terburu-buru menuju toilet
4.	<i>Cyberspace oriented relationship</i>	20. Saya senang bisa bertemu dengan banyak orang melalui media <i>smartphone</i>
		21. Hubungan saya dengan teman-teman melalui <i>smartphone</i> (dunia maya) lebih akrab dan erat daripada hubungan saya dengan teman sehari-hari
		22. <i>Smartphone</i> bisa menjadi teman disaat saya sendiri
		23. Teman-teman di <i>smartphone</i> lebih mengerti saya daripada teman-teman dalam kehidupan sehari-hari saya
		24. Saya memeriksa media sosial di <i>smartphone</i> supaya tidak ketinggalan obrolan dengan yang lain

5.	<i>Overuse</i>	25. Ketika bangun tidur, saya mencari dan memeriksa <i>smartphone</i> saya
		26. Ketika sedang berkumpul bersama-sama, saya eprnah mengabaikan teman karena asik menggunakan <i>smartphone</i>
		27. Saya sering <i>browsing</i> mencari jawaban melalui <i>smartphone</i> daripada bertanya kepada orang lain
		<b>28. Baterai <i>smartphone</i> saya habis untuk penggunaan kurang dari satu hari</b>
6.	<i>Tolerance</i>	29. Saya terkadang menggunakan <i>smartphone</i> lebih lama dari yang saya rencanakan
		30. Saya menggunakan <i>smartphone</i> kembali, sesaat setelah saya meletakkan
		31. Saya merasa sulit untuk mempersingkat waktu dalam menggunakan <i>smartphone</i>
		<b>32. Selalu berpikir untuk mengurangi durasi waktu penggunaan <i>smartphone</i></b>
		<b>33. Orang-orang disekitar saya mengatakan kalau saya terlalu sering menggunakan <i>smartphone</i></b>

#### Lampiran 5 : Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Kontrol

##### Hasil *Pre-Test*

NAMA	JENIS KELAMIN	ITEM 1	ITEM 2	ITEM 3	ITEM 4	ITEM 5	ITEM 6	ITEM 7	ITEM 8
RMI	L	3	3	3	4	3	4	4	2
RDTAS	P	3	3	3	3	2	2	3	2
HM	P	3	3	3	3	3	3	3	2
AKA	P	3	3	4	2	3	2	2	3
BAAF	P	3	3	4	3	3	4	4	3
CAAM	P	2	3	2	3	1	3	4	3
NA	P	3	3	4	3	3	4	4	3
NTMM	P	2	3	2	3	3	3	3	3
PCY	L	3	4	3	4	2	1	4	3
AJ	L	3	3	3	3	3	3	2	4

ITEM 9	ITEM 10	ITEM 11	ITEM 12	ITEM 13	ITEM 14	ITEM 15	ITEM 16	ITEM 17
2	1	1	3	3	2	2	4	3
2	3	2	2	3	3	2	2	1
2	3	2	3	1	2	1	2	3
3	4	2	2	3	2	2	2	2
4	3	3	3	3	3	3	4	3
3	3	3	3	2	2	2	3	2
4	3	3	3	3	3	3	4	3
3	3	3	3	3	1	2	3	2

4	1	2	3	2	1	2	3	3
3	2	2	3	2	1	1	1	3

ITEM 18	ITEM 19	ITEM 20	ITEM 21	ITEM 22	ITEM 23	ITEM 24	ITEM 25	ITEM 26
4	4	3	3	4	4	2	4	4
2	3	1	3	1	1	4	3	3
3	3	2	3	3	3	2	2	2
2	2	3	2	2	2	3	2	3
4	3	3	3	1	3	2	3	2
2	1	3	2	2	3	3	1	1
2	3	3	3	3	3	2	3	2
2	2	2	2	3	3	1	2	2
3	3	2	3	2	2	3	3	3
3	3	2	2	2	3	2	3	3

ITEM 27	JUMLAH	KATEGORI
3	<b>65</b>	SEDANG
2	<b>67</b>	SEDANG
3	<b>68</b>	SEDANG
2	<b>82</b>	TINGGI
2	<b>64</b>	SEDANG
2	<b>82</b>	TINGGI
1	<b>65</b>	SEDANG
2	<b>71</b>	SEDANG
2	<b>67</b>	SEDANG
<b>714</b>		

### Hasil Post-Test

NAMA	JENIS KELAMIN	ITEM 1	ITEM 2	ITEM 3	ITEM 4	ITEM 5	ITEM 6	ITEM 7	ITEM 8
<b>RMI</b>	L	3	3	4	4	4	4	3	4
<b>RDTAS</b>	P	3	3	3	3	2	2	3	3
<b>HM</b>	P	3	3	3	3	3	2	3	2
<b>AKA</b>	P	3	3	3	3	3	3	3	4
<b>BAAF</b>	P	3	3	4	3	4	4	3	4
<b>CAAM</b>	P	3	3	3	3	3	2	3	3
<b>NA</b>	P	3	3	3	4	4	3	4	3
<b>NTMM</b>	P	3	4	3	2	3	3	3	3
<b>PCY</b>	L	3	3	4	3	1	3	4	3
<b>AJ</b>	L	2	3	3	3	3	3	3	3

ITEM 9	ITEM 10	ITEM 11	ITEM 12	ITEM 13	ITEM 14	ITEM 15	ITEM 16	ITEM 17
4	2	3	2	3	3	2	3	2
3	4	2	3	4	4	1	4	1

2	3	3	3	2	3	2	3	3
4	3	3	4	3	3	3	4	2
3	3	4	4	4	3	4	4	3
4	1	3	4	1	2	3	3	2
4	3	4	3	3	3	3	4	3
3	3	3	3	3	3	2	3	2
4	2	3	2	3	3	2	3	3
3	2	3	2	3	2	2	3	2

ITEM 18	ITEM 19	ITEM 20	ITEM 21	ITEM 22	ITEM 23	ITEM 24	ITEM 25	ITEM 26
4	3	3	2	3	3	2	3	3
4	3	1	3	1	3	4	3	4
3	3	2	3	3	3	2	2	3
4	3	3	4	3	3	4	4	4
3	3	4	3	3	4	4	4	4
3	4	2	3	2	3	2	3	2
3	3	3	3	3	4	3	3	3
3	3	2	2	3	2	3	2	2
3	2	3	2	2	3	3	3	2
3	2	2	2	3	3	3	3	3

ITEM 27	JUMLAH	KATEGORI
2	81	TINGGI
3	77	SEDANG
3	73	SEDANG
3	89	TINGGI
4	96	TINGGI
4	74	SEDANG
3	88	TINGGI
3	74	SEDANG
3	75	SEDANG
2	71	SEDANG
798		

#### Lampiran 6 : Uji Mann Whitney Pre-Test Kelompok Eksperimen dan

Ranks				
	KELOMPOK	N	Mean Rank	Sum of Ranks
HASIL	EKSPERIMEN	10	10,65	106,50
	KONTROL	10	10,35	103,50
	Total	20		

#### Kelompok Kontrol



**Test Statistics<sup>a</sup>**

	HASIL
Mann-Whitney U	48,500
Wilcoxon W	103,500
Z	-,114
Asymp. Sig. (2-tailed)	,909
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,912 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: KELOMPOK

**Ranks**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	10 <sup>a</sup>	5,50	55,00
Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	,00	,00
Ties	0 <sup>c</sup>		
Total	10		

a. Post Test < Pre Test

b. Post Test > Pre Test

c. Post Test = Pre Test

### Lampiran 7 : Uji Wilcoxon Kelompok Eksperimen

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Post Test - Pre Test
Z	-2,807 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,005

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

**Ranks**

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	1 <sup>a</sup>	1,00	1,00
Positive Ranks	9 <sup>b</sup>	6,00	54,00
Ties	0 <sup>c</sup>		
Total	10		

- a. Post Test < Pre Test
- b. Post Test > Pre Test
- c. Post Test = Pre Test

#### Lampiran 8 : Uji *Wilcoxon* Kelompok Kontrol

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Post Test - Pre Test
Z	-2,705 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,007

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.

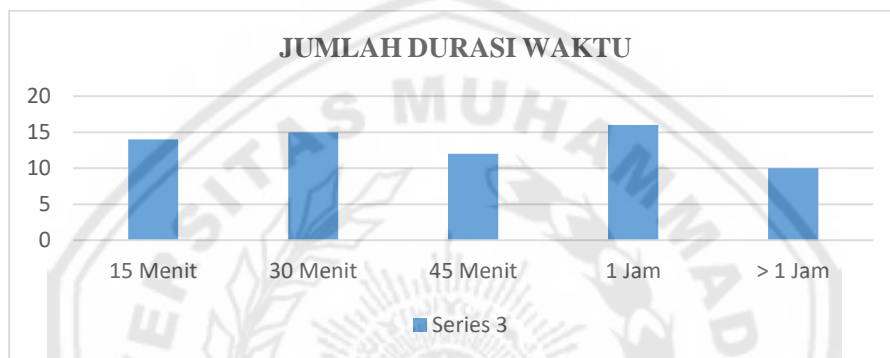
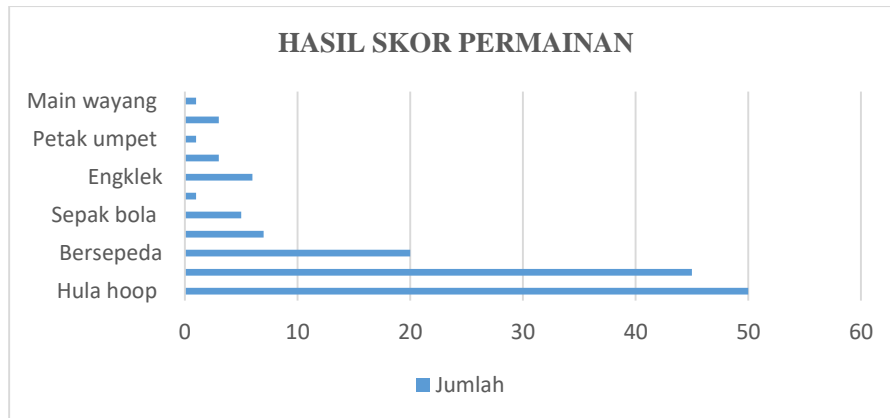
#### Lampiran 9 : Uji *Mann Whitney Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Ranks				
	Group	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Gain_score	eksperimen	10	5,50	55,00
	kontrol	10	15,50	155,00
	Total	20		

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Gain_score
Mann-Whitney U	,000
Wilcoxon W	55,000
Z	-3,785
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,000 <sup>b</sup>

- a. Grouping Variable: Group
- b. Not corrected for ties.

### Lampiran 10 : Hasil Remind Card



### Lampiran 11 : Dokumentasi Kegiatan Intervensi

